翼の王国

ANA Inspiration of JAPAN | A STAR ALLIANCE MEMBER

3
ANA グループ機内誌
The Inflight Magazine of ANA Group
March 2024
No.657

デザインで歩くパリ

Paris, la ville de l'art de vivre

沖縄
やんばるの森の奇跡

翼の流儀
〝音のない競技〟で躍動、目指すは金メダル

Web「翼の王国」はこちらから

TSUBASA GLOBAL WINGS
click here! 点击这里！

ご自由にお持ち帰りください。

三菱地所レジデンス

一生ものを訪ねて　岩手「南部鉄器」

全ての工程に神経を研ぎ澄ます ものづくりを

web版は
こちらへ

茶の湯をきっかけに生まれた南部鉄器は、日本の伝統的工芸品に指定されている。田山貴紘さんは職人として鉄瓶の制作を行うほか、その魅力を世の中へ届けるための活動も行う。「鉄瓶はわびさびの精神を持つ道具です。100 以上ある工程の全てに神経を研ぎ澄まし、向き合い続けていきたい。それが品質や美しさを左右する。例えば注ぎ口からのお湯の出かたや、湯切れの良さなどは、削りの丁寧さで大きく違いが出ます」ザ・パークハウスも思う。見えない部分や細部にまでこだわり続けることで、お客様からの信頼に応えるマンションでありたいと。そして、暮らす方々にとって、かけがえのない一生ものであり続けたい。

南部鉄器　さくらふぶき

一生ものに、住む。
ザ・パークハウス

The Parkhouse

3

2024
March
表紙／パリ（写真／神戸シュン）

CONTENTS

翼の王国

004 ごあいさつ

007 社員が見つけた! Local Premium通信

010 松丸亮吾の謎解きde世界一周

012 旅の記憶 追悼 篠山紀信

特集 Paris, la ville de l'art de vivre
018 デザインで歩くパリ

032 花空遊愉 ラナンキュラス／赤井勝

034 快適な空だけの旅 青森空港／パラダイス山元

特集 沖縄
036 やんばるの森の奇跡 案内人:HY

048 旅するお取り寄せ 福岡／阿川佐和子

ニッポン47妖怪さんぽ
050 鳥取「白蛇のおたね」

056 旅で潤う 大分「ENOWA YUFUIN」／笹野美紀恵

翼の流儀 A New Ambitious Story
058 〝音のない競技〟で躍動、目指すは金メダル。

064 おべんとうの時間 静岡:天竜浜名湖鉄道／阿部了・阿部直美

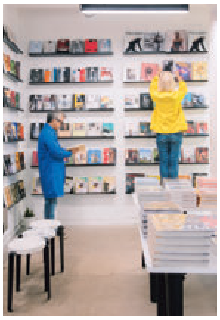
東京国立博物館
068 極上の散策コース

ライト、フライト
070 歩かない猫／内田紅甘

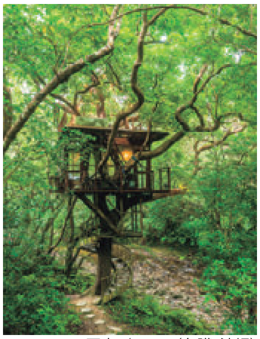
076 郵便飛行　077 アンケートご協力のお願い/バックナンバー販売のお知らせ

078 ANA GROUP INFORMATION　092 ANA STORE@SKY案内、国際線機内販売 商品ラインアップ

100 機内オーディオ/ビデオ番組案内　102 ANAグループ航路図



写真／神戸シュン（パリ）



写真／G-KEN（名護:沖縄）

写真／原ヒデトシ（永楽温泉町:鳥取）

翼の王国　No.657 2024年 3月1日　発行：ANA『翼の王国』編集部　〒105-7140　東京都港区東新橋1-5-2　発行人：全日本空輸株式会社　制作：株式会社 光文社
編集統括：田邉浩司　編集人：小松伸司　編集長代理：二村勉史　スーパーバイザー：山下マヌー　編集：中野桜子、山下美咲、仲本剛、服部広子、小嶋美樹、高田真莉絵、斉藤素子、藤沢緑彩
デザイン：カメガイデザインオフィス／松澤順一郎、石川直美　スタジオギブ／山本雅一、野崎二郎、近藤礼彦
トリムデザイン／塚原敬史　横山希　細山田デザイン事務所／細山田光宣、千本聡
編集協力：株式会社キャストネット／川元賢司、所裕子　印刷：共同印刷マーケティングソリューションズ株式会社
【記事に関するお問い合わせ】株式会社 光文社　tel 03-5395-8150
【広告に関するお問い合わせ】ANA X株式会社　ライフサービス事業推進部　ml_notice_anamedia@ana-x.co.jp

©All Nippon Airways／Kobunsha2024　本誌掲載の写真・記事の無断転載および複写を禁じます。本誌に記載されている価格はすべて税込み価格です。

◉毎月1日以降に表紙や各ページのQRコードからリンク先への遷移が可能になります。

ごあいさつ

全日本空輸株式会社
代表取締役社長
井上慎一

春よ来い

今年も、毎日のように春の訪れを感じる便りが聞かれる頃となりました。最新の桜の開花予想では、今年は平年並みか平年よりも早い開花となるそうです。

皆さまは「石割桜」をご存じでしょうか。岩手県盛岡市の有名な「石割桜」は、国の天然記念物にも指定されている、根回り4.3メートル、樹齢350年から400年とされるエドヒガンザクラです。この桜の木は、そのたくましい生命力で巨大な花崗岩（かこうがん）を割って立ち、毎年美しい花を咲かせては多くの人々を元気づけ、楽しませてくれます。全国には他にもさまざまな石割桜が存在するようで、東北では復興の象徴として大切にされています。

今月で東日本大震災から13年になります。大切な人、思い出の場所を失くされた方々にとっては、どれだけ多くの時間が経っても傷が癒えることはないかもしれません。しかし、昨年の同じ頃に東北を訪れた際、ある方がおっしゃいました。「やっと復興の段階を超えて、自分たちの意志で前を向いて進む時が来た。ここからは自分たちの力で、新しい街、新しい東北をつくっていく」「雪深い地にも必ず春が来る」計り知れない苦難の中でも、その先にある希望の光に向けて、一歩、また一歩と力強く歩み続け、未来をつくっていこうとされている方々の想いに触れ、胸が震えました。

今年元日から能登地方を震源に発生した地震は、北陸一帯に甚大な被害をもたらしました。復旧そして復興までには長い年月がかかるでしょう。私たちにできることは何か。まずは航空インフラとしての責務を果たし、必要な人々や物資の行き来によって少しでもお役に立つこと。そして、私たちのあらゆる知見やリソースを活用した継続的な支援に力を尽くしてまいります。困難を乗り越えようとされている地域の皆さまの声を聴き、ANAとしてできうることは何でもしたい、石割桜のように、変わらず寄り添い、心強く感じていただける存在でありたいと考えています。

北陸地方の一日も早い復旧・復興、そして皆さまがいつか、心の底から安らかな気持ちで桜の花を愛でることができる日が来ることを切に願っております。

岩手県盛岡市の石割桜　写真：アフロ

それは、オリオンビールを楽しむために生まれたホテル。

ビールメーカーであるオリオンビールが手がけたホテルだからこそ体験できる、
これまでにないビール体験と、上質な沖縄ステイ。
ここでしか味わえないクラフトビールを楽しめるビアダイニングや、
オリオンビール初の公式ストアも同時オープン。
そのすべては、オリオンビールを楽しんでいただくために。
オリオンホテル 那覇、国際通りに誕生。

ここでしか飲めないビールを堪能

ビールによく合う沖縄グリル

オリオンビール初の公式ストア

洗練と寛ぎのゲストルーム

上質感に溢れる空間設計

沖縄県那覇市安里1-2-21
沖縄都市モノレール牧志駅下車、徒歩3分
那覇空港より車で20分

The Orion Hotel

オリオンホテル 那覇 2023年11月OPEN

Tel：098-863-9013（予約直通）

社員が見つけた！ Local Premium 通信 vol.17

絶品フードに美食レストラン、
隠れた絶景から伝統を受け継ぐ逸品まで……。
世界各国・日本各地を飛び回るANAグループ社員が
“ちょっと特別”な口コミ情報をお届けします。

2大人気メニューの うに丼と刺身定食

山口・下関

山口県下関市豊浦町の国道191号線沿いにある、食堂『松永軒とようらブルーライン』がおすすめです。魚屋さんが経営している店の人気メニューが、地元産の鮮魚が並ぶ「お刺身定食」と「うにづくし丼」。どちらも絶品です！　店のすぐ目の前に海が広がる抜群のロケーションということもあり、県内外問わずファンが多い人気店となっています。食後には、こちらも絶景が広がる角島大橋や元乃隅神社、福徳稲荷神社へも足を運んでみてはいかがでしょう。

松永 桃花／まつなが ももか　客室乗務員。国内線を担当。趣味はステイ先で美味しい食べ物を見つけることと神社を巡り御朱印を集めること。地元の山口が大好き。

厚切りかつおと 名物の屋台餃子

高知・高知

「高知のかつおはうまい」とよく聞くかと思いますが、その期待以上の味を約束できるのが、高知駅から徒歩20分ほどのところにある「ひろめ市場」内の『やいろ亭』で提供されるかつおです。70店舗ほどがひしめく「ひろめ市場」の一角にある同店で出される厚めに切られたかつおは、一口食べたら思わずガッツポーズが出るほどの美味しさ。同じく市場内にある高知名物屋台餃子の名店『ひろめで安兵衛』の餃子とビールもぜひ一緒に食べてみてください。

牧野 裕奈／まきの ゆうな　コンタクトセンターで国内線と国際線の旅客サービスシステム統合に向けた調整業務を担当。趣味はプロ野球観戦と全国各地の美味しい物を食べること。

弘前公園の桜と アップルパイ巡り

青森・弘前

東北で唯一の現存天守のある弘前城を有する弘前公園は、全国的にも有名な桜の名所です。「桜のトンネル」は昼も見応えがあるのですが、ライトアップされた夜桜は息をのむほどの美しさ。岩木山をバックにした弘前城と桜との風景や、隠れた人気スポット「桜のハート」なども眺めた後は、青森名物のりんごを使ったアップルパイを目当てに、周辺に数多くあるカフェを巡って食べ比べするのがおすすめです。

宮岡 瞳／みやおか ひとみ　客室乗務員。ホノルル路線を中心に乗務している。全国のグルメ巡りが趣味で特にスイーツには目がない。

2024.4.20（予定）

さかいみなとで会いましょう。

リニューアルオープン！

©水木プロ

水木しげる記念館

〒684-0025 鳥取県境港市本町5番地　TEL.0859-42-2171

鳥取県　　境港市

水木しげる記念館の
最新情報は
コチラから

→目次に戻る

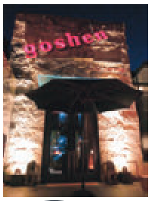
社員が見つけた! Local Premium 通信 vol.17

街歩きで出会う愛らしいドワーフ

ポーランド・ヴロツワフ

ポーランド西部にある第四の都市・ヴロツワフは、豊かな自然と歴史を感じさせる街です。また、いたるところに伝説上の種族・ドワーフの像が置かれ、その数は300以上あるとも。散策中にさまざまなドワーフに遭遇することができるのですが、なかには居眠りをしていたりスマホを持っていたり、旅の途中だったり……。ユニークなものも多いので、お気に入りのドワーフを探しながら、美しいヴロツワフの街歩きを楽しんでみてください。

矢島 淳／やじま じゅん　整備センターでドック整備やライン整備に従事した後、現在は航空機整備に関わる手順書の作成などを担当。北海道出身。



雰囲気ある店内でいただく餅入りきなこアイス

韓国・ソウル

韓国はコーヒー大国で深夜まで営業しているお店がたくさんあるのですが、なかでも私のお気に入りのカフェが『goshen』。日中も営業していますが、暗めに抑えられた照明がステキな夜が特におすすめで、コーヒーにも合うお餅入りのきなこアイスが大好きです。入口が豪華で初めて訪れた際には少し入りづらく感じるかもしれませんが、一歩足を踏み入れると美味しい料理と素敵な店員さんが出迎えてくれるステキな空間になっています。

安達 杏奈／あだち あんな　羽田空港第3ターミナルのANA LOUNGE／SUITE LOUNGEでラウンジアテンダントとして従事。趣味は旅先でその土地ならではのカフェを巡ること。

世界遺産の街で五感を刺激される旅

オーストリア・ハルシュタット

ウィーン国際空港やミュンヘン国際空港から鉄道で約2時間半。アルプスの山々に囲まれたハルシュタットは、「世界で最も美しい湖畔」とも称される世界遺産の街です。最寄りの駅から7ユーロほどで乗車できる連絡船に乗り約10分で着くこちらは、映画『サウンド・オブ・ミュージック』の舞台としても有名。また、古代ローマ時代にさかのぼる岩塩坑があるなど、歴史的な魅力も詰まっています。歴史のロマンと湖畔の絶景、心地よい山風を感じられる「五感に刺さる旅」に出かけてみてはいかがでしょう。

内藤 徹／ないとう とおる　ANAダイナミックパッケージツアーやトラベラーズホテルのシステム開発に従事。国内外問わず時間があれば旅に出かけるほどの無類の旅行好き。

謎解き de 世界一周 18

松丸亮吾&謎解きクリエイター集団RIDDLER（リドラ）がナビゲート

松丸亮吾：東京大学に入学以後、さまざまな分野で一大ブームを巻き起こす「謎解き」の仕掛け人。「考えることの楽しさ」を広めるべく東大発の謎解きクリエイター集団 RIDDLER を立ち上げ、仲間とともにあらゆるメディアに謎解きを仕掛ける。

第18回の旅行先はカンボジア！
カンボジアは東南アジアにある、日本の半分くらいの面積の国だ。カンボジアの歴史は古く、1世紀には扶南（フナン）というカンボジア人たちの国がこの地域にあったと言われているよ。時代が下って12世紀、クメール帝国の王様が国を守るために建立したお寺「アンコールワット」はカンボジアの象徴として、国旗にも描かれているんだ。
さて、ここではそんなカンボジアをテーマにした問題を2問出題しよう。謎解きの旅に出発だ！

NAZOTOKI 1問目

私たちになじみ深いある食べ物の名前は、カンボジアと関係しているんだ。それは何か、謎を解いて答えよう。

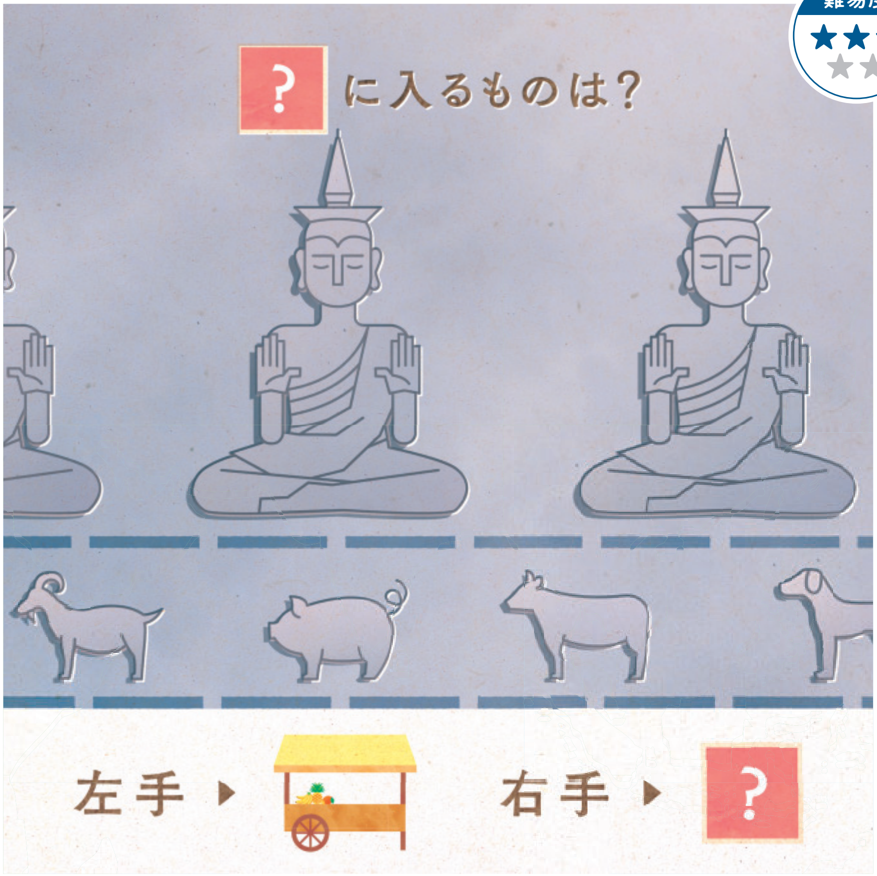
難易度 ★★☆☆☆

ヒント 看板の色と、それに重なっている図形を別々に考えよう。

NAZOTOKI 2問目

世界遺産アンコールワットは、昔、その内部に落書きをされた。それは誰によってだろう？

難易度 ★★★★★



ヒント 仏像の下に描かれた動物の名前をカタカナで書いて考えてみよう。右から2頭目の生き物は「ウシ」だよ。

NEWS

オリジナル謎解き「おうち謎」オンライン販売中！

もっと謎解きを楽しみたい！　という方にオススメなのが、謎解きの醍醐味が詰まった「おうち謎」です。紙を折ったり、切ったり、パズルピースを使ったり……一つの箱の中にたくさんの謎が詰まっています。一人でもみんなでも、おうちで好きな時間に遊べちゃう！　ヒントもあるので初めてでも大丈夫。オンラインショップにて多種多様な「おうち謎」を販売中です！

謎解きの詳細・購入は公式オンラインショップへ！

リドラ公式ショップ

解答は91ページに掲載しています

第18回

TOKYO ＼127km

旅の記憶

SHINOYAMA/KISHIN
篠山紀信

日本
河口湖／1989年

→目次に戻る

あまたの美しい「旅の記憶」を遺し、彼は旅立った

「そんなものを見たい人、いるのかな」

連載の企画意図を伝えると、写真家は少し億劫そうだった。

「だいたい私にはさ、旅情だとか旅愁なんてものは一切ないんだから」

たしかに、連載のなかでも彼は「自分の旅はすべてが撮影旅行」と断じている。さらに、こうも嘯いていた。

「延べ百数十カ国と巡ったけれど、そもそも、私にとってはどの国も〝ロケ地〟であり、世界は〝巨大なスタジオ〟に他ならないんだ」

それでも、彼はこの仕事を引き受けてくれた。そして、ここで紹介してきた作品からは、彼が旅先でシャッターを切る瞬間の感応が、その一葉一葉から溢れ出していた。最終回を飾る桜についても「狙ってレンズを向けたことはない」と話していたが、果たしてフィルムには、瑞々しい春の喜びが収められている。これこそはまさに稀代の写真家の才であり、写真の力なのだと、私には思えた。

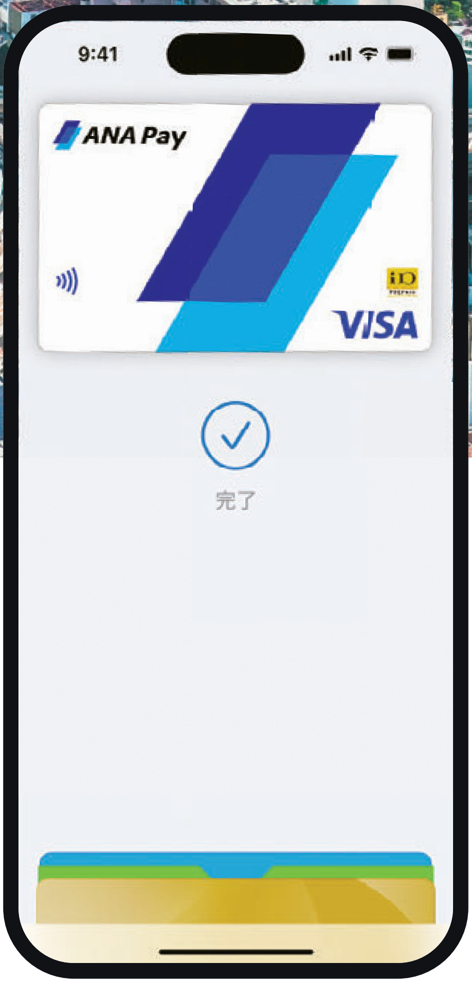
そして、2024年1月。不意に彼は旅立っていった。

いまはただ、あまたの美しい「旅の記憶」を遺してくれた篠山紀信氏に最大限の敬意を表するとともに、その冥福を祈りたい。

篠山さん、本当にお疲れ様でした――。

編集・仲本 剛

ANA Inspiration of JAPAN | A STAR ALLIANCE MEMBER
詳しくはANA
公式サイトへ



新ANA Pay、はじまる。

日常で、ANAのマイルがApple Payで毎日使える。

詳しくはこちら！

ANAマイレージクラブ

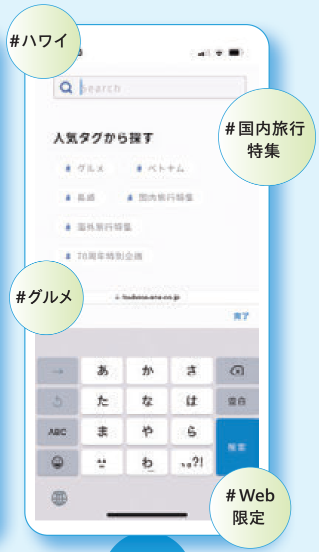
https://www.ana.co.jp/ja/jp/amc/ana-pay/

ANA Pay | Pay

「翼の王国」Webサイトのご案内

「翼の王国」は冊子、スマホアプリとは別に、Web版も2022年10月より開始しています。
最新号やバックナンバーをご覧いただけるほか、Web版だけの楽しみ方もご用意しております。

「翼の王国」Webサイトだけの3つの楽しみ



1 「翼の王国」取材の裏側や、Web限定のオリジナル記事を楽しむ

2 旅特集の動画を楽しむ

3 好きなワードやタグで過去の記事も検索して楽しむ

※デジタル媒体では各ページのQRコードをタップするとWebサイトへ遷移します。
(毎月１日以降にQRコードからリンク先への遷移が可能となります)

Web「翼の王国」はこちらから→
https://tsubasa.ana.co.jp/

アプリ版「翼の王国」

機内誌「翼の王国」はご搭乗の有無にかかわらず、どなたでも時間や場所を問わず、ご自身のデジタル端末からダウンロードしてお楽しみいただけます。

※ANA公式モバイルアプリ「ANA」のダウンロードが必要です。
※バックナンバーも閲覧可能です。

「ANA」アプリのダウンロードはこちらから→

de l'art de vivre

芸術的に生きる心

アール・ド・ヴィーヴルの
歴史が生み出した
デザインで
歩くパリ

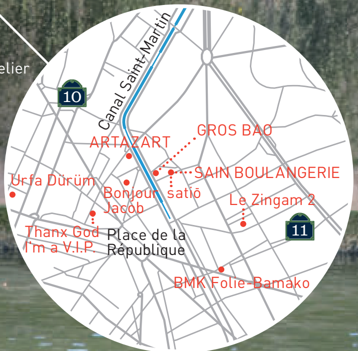
サン・マルタン運河沿いにある、赤が目をひく一軒のアートブックストア「アルタザール」。世界中の書籍やパリの作家のセンスがひしめく空間。

Paris, la ville

フランスには〝アール・ド・ヴィーヴル〟という考えが根付く。直訳すると「アートな生活」だが、日常のあちこちに美を見出し豊かに暮らそう、というフランス人の生活美学がにじみ出た言葉である。アートディレクターである細山田夫妻と歩いたパリは、まさにアートやデザインが飾らずとも溢れ、パリローカルの思考や生活を映していた。

案内人・語り／細山田光宣　案内人・コーディネート／細山田亜弥
本文デザイン／千本 聡（細山田デザイン事務所）
写真／神戸シュン　取材・文・編集／中野桜子

パリは、1区から20区まで行政割りされており、中心から時計回りにエスカルゴ状に並ぶ。今回はサン・マルタン運河の位置する「運河の街」10区、若者で賑わう11区、12区を中心に、少し離れたアートブックストアやホテルにも足を延ばした。



アートブック
×
ストア

「本は情報ではなくアート」。作り手、受け手の感覚が紙の価値を保ちアートブックストアに世界中から人が集まる。

細山田光宣さん（左）　**亜弥さん**（右）

細山田光宣　アートディレクター／東京・渋谷区富ヶ谷にある細山田デザイン事務所主宰。料理本や児童書、専門書まで、様々な書籍や雑誌を中心にデザインしている。著書に『デザイン事務所が作った「悩まない」配色の基本』（翔泳社）、『誰も教えてくれないデザインの基本』（エクスナレッジ）などがある。また同所にて活版とリソグラフの製作スタジオLetterpress Lettersも主宰する。
細山田亜弥　フランス系企業に勤務しパリに5年駐在する。現在はLetterpress Lettersのブランドとカフェを運営。

「ボンジュール・ジャコブ」の壁一面に展示される世界中から集められた雑誌。

ARTAZART

アルタザール

冒頭の赤い壁が印象的なストア。扉を開けると雑誌、デザイン書、アートブック、写真集、絵本、若いアーティストの作品やユニークな雑貨が並ぶ。20年以上運河前の一等地で愛されながら、この外観のデザインはまったく古びない。充実の本のセレクトは何時間いても飽きない楽しさ。

83 quai de Valmy 75010 Paris
https://artazart.com/

パリのアートブックストアは、コンセプト、ブランド力をもって、世界中の本を厳選しギャラリーのような店作りをしている。そのセレクト基準は「有名」や「売れている」という観点ではないため、ここでしか出会えない存在感あるものばかり。特にサン・マルタン運河周辺はパリの中心へと向かう場所に位置するという意味で、ビジネスとしても成功していると言える。本のセレクトはもちろん、憩いの場として、人々を惹き寄せ愛されているのだ。驚いたことに、アルタザールとボンジュール・ジャコブの社員に話を聞くと、口々にまったく同じことを言った。「どんなにITが進化しデジタルが便利になっても、紙の本は単なる情報ではないため、その価値が危ぶまれることはない。事実、インテリアやライフスタイルの一つとして、世界中から求めに来る人がいます」。そういう感覚の人々により紙は愛され、作り手も新しいデザインを生み出す。

Quintal Atelier

キンタル・アトリエ

日本発の印刷機「リソグラフ」(「プリントゴッコ」を作った会社が発明した技術)を本格的に行うアトリエ。この印刷に魅せられたオスカーさんは若きアーティストの作品を印刷、販売し、アートスクールのインターンも受け入れている。

13 Rue d'Eupatoria 75020 Paris
https://quintalatelier.com
@quintal_atelier

Bonjour Jacob Canal Saint Martin

ボンジュール・ジャコブ カナル・サン・マルタン

コンセプトはスペシャルコーヒーとケーキとインディペンデントマガジン。2年前にオープンし、すでに3店舗目も完成する。外観や店のデザインはオーナーJacobさんが自ら考える。マガジンセレクトの基準は、自分が読んで面白いもの、そしてこのエリアのアーティーな人に気に入ってもらえるものであること。

28 Rue Yves Toudic 75010 Paris
www.bonjourjacob.com @bonjourjacob_

食×多様性

フランスの食というと伝統的なフレンチの印象が強いかもしれないが、実際のパリ市民は軽々と僕らのその古い印象を乗り越え、多国籍を楽しんでいる。今のパリの食事やレストランから見てとれるのは「多様性」。パリならではの感性に、いい感じに多様な食文化が交じり出している。実際“人種のサラダボウル”であるのがフランスであり、これが自由でリアルな姿。

行列ができる中華「グロ・バオ」は、サン・マルタン運河沿いでギラッとした赤い照明を一際輝かせる。本場の中国人を交えて創り出したブランディングでありながら、パリに建つとやっぱりどこかパリオリジナルが滲み出すのが新しい。アフリカ料理店も、料理は本場の味でありながら、アフリカンカルチャーをミクスチャーしたパリ。クルド人の営むクルドサンド店はパリでも珍しい。現地味で勝負し、パリの人でも賑（にぎ）わう。フランス以外の国々の文化を受け入れながらみんなで新しいカルチャーを作っていく。そんな今の街を見渡すと実に愛おしい。

BMK Folie-Bamako

ベ・エム・カ　フォリー・バマコ

アフリカ料理店。パリのアフリカ人コミュニティは大きい。店内はアフリカンファブリックの柄をセンスよく使ったデザインで、女性客も多くこの日も予約でいっぱい。ピーナッツベースのソースやココナッツを使った優しい味わいで、アフリカ人のスタッフに尋ねると「故郷の母の味にとても近い」と言う。

40 Rue Jean Pierre Timbaud 75011 Paris
https://www.bmkparis.com
@bmkparisbamako

Urfa Dürüm

ウルファ・ドゥルム

行列のできるクルドサンド店。パリで数少ないクルド料理店の最初の店。石釜で焼く生地に、ラム肉を炭火で串焼きし、野菜とともに包んで食べる。これが絶品と観光客にも地元客にも評判。奥に案内されると大きな冷蔵室があり、なんとラムが一頭買いされている。切りたてのラムはどの部位もジューシー！　オーナーのこだわりが伝わる。

10 Rue du Faubourg Saint-Denis, 75010 Paris

多様性が融合して「パリのオリジナル」を織りなす、食文化の今。

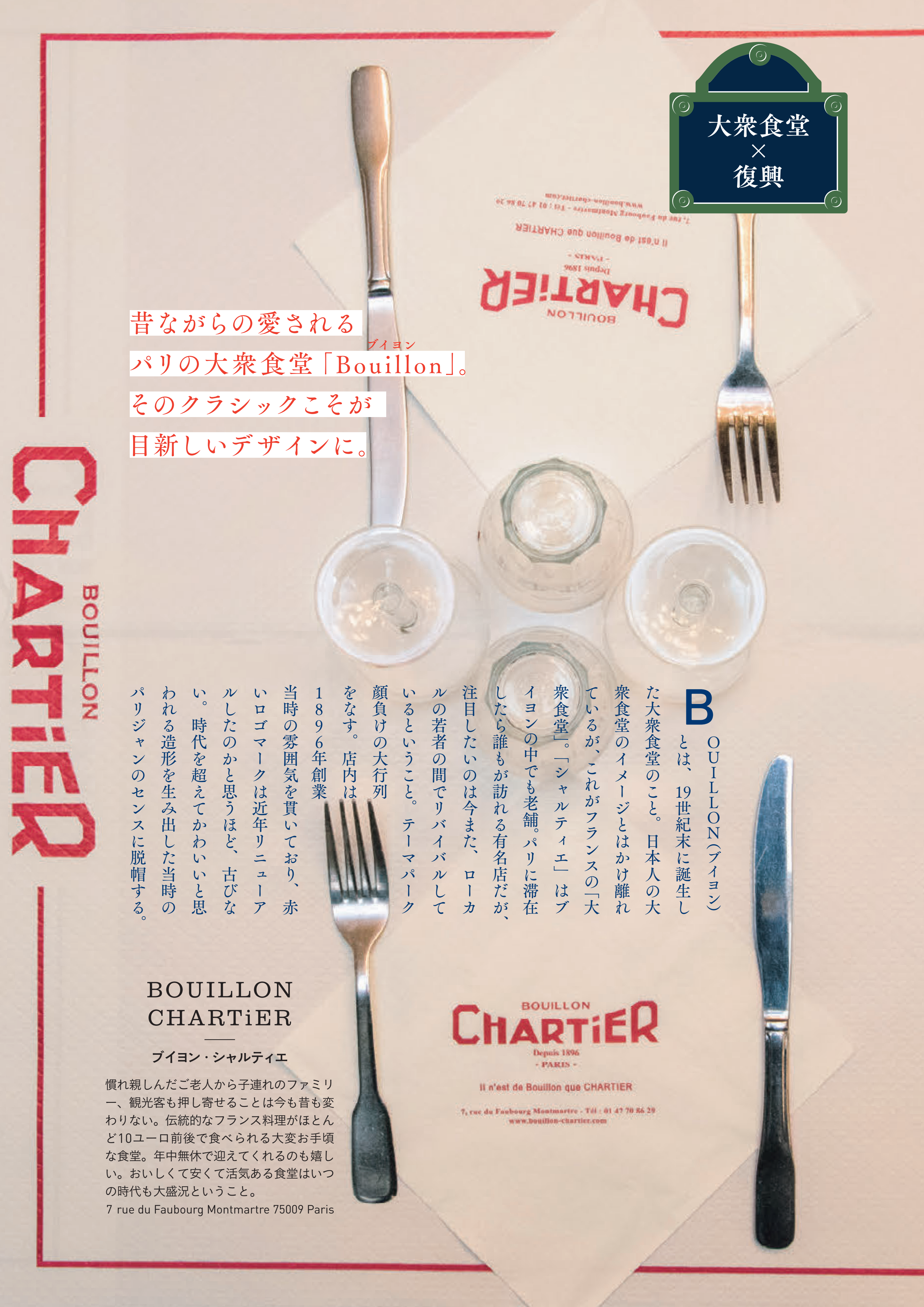
GROS BAO

グロ・バオ

中華料理店。赤で統一された店内のインテリアや照明、そして大きな中国語ロゴの看板はオスマン建築や運河の街並みと交じり合い、なんとも映える。運河に面してテラス席やビールサーバーが並び、暖かい時季は行列ができる人気店。インターナショナルなスタッフで活気に溢れる「パリの中華」のマリアージュはこの地区の楽しさを味わうのに外せない。

72 Quai de Jemmapes 75010 Paris
https://www.baofamily.co　@bao.family

大衆食堂
×
復興



昔ながらの愛される パリの大衆食堂「Bouillon（ブイヨン）」。 そのクラシックこそが 目新しいデザインに。

BOUILLON（ブイヨン）とは、19世紀末に誕生した大衆食堂のこと。日本人の大衆食堂のイメージとはかけ離れているが、これがフランスの「大衆食堂」。「シャルティエ」はブイヨンの中でも老舗。パリに滞在したら誰もが訪れる有名店だが、注目したいのは今また、ローカルの若者の間でリバイバルしているということ。テーマパーク顔負けの大行列をなす。店内は1896年創業当時の雰囲気を貫いており、赤いロゴマークは近年リニューアルしたのかと思うほど、古びない。時代を超えてかわいいと思われる造形を生み出した当時のパリジャンのセンスに脱帽する。

BOUILLON CHARTiER

ブイヨン・シャルティエ

慣れ親しんだご老人から子連れのファミリー、観光客も押し寄せることは今も昔も変わりない。伝統的なフランス料理がほとんど10ユーロ前後で食べられる大変お手頃な食堂。年中無休で迎えてくれるのも嬉しい。おいしくて安くて活気ある食堂はいつの時代も大盛況ということ。

7 rue du Faubourg Montmartre 75009 Paris

再現では作れない店の重厚感がパリ市民をノスタルジックにさせ、つい通わせるのだろう。ギャルソンの陽気で活気ある接客も大衆食堂ならでは。

毎日行列を作るが、席数があり回転率もよいので並ぶ価値あり。

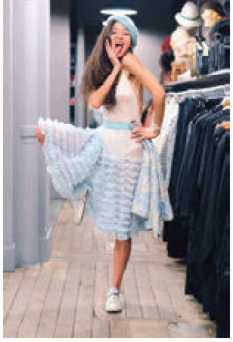
注文すると、紙のテーブルクロスが伝票代わりに！

スタッフのコーディネートもそれぞれ目を惹く。

ヴィンテージ × ワークウエア

ハイブランドの歴史に磨きをかける、最高にサステナブルな魔法。

高級ブランドが立ち並び、きらびやかな歴史を形作ってきたパリのファッション。多くの有名ブランドの誕生やパリコレにより、世界のトレンドのトップに位置付けられてきた。昨今、実際のパリのストリートスタイルを見渡すと、実に自由でシンプル。でもどこかに〝アール・ド・ヴィーヴル〟が根付いている。豊かに暮らすための要素は「見た目」だけでなく自分がどう心地よく感じるかだから。流行り物を着ていなくても誰も何も気にもしないのがパリ。中でも個性を楽しむなら、古着は刺激的。建築もそう、パリの人は赤や青などカラフルなものを好み自分のものにするのが抜群に上手。カラフルな店内は無



LA BLOUSE DE LYON

ラ・ブルーズ・ド・リヨン

1937年から続くワークウエアショップ。男女、年齢を問わず愛される。ライフスタイルや趣味と紐づけて好きになる人もいるし、ファッションとして楽しむ人もいる。なぜ作業服をファッションに？ と聞くとオーナーは「この作業服が現場で着られている本物だからこそ、スタイリッシュになる。そして長く愛されるんです」と語った。店内にはタグが漢字の日本製のアイテムや足袋も。

21 Rue Gérando, 75009 Paris

https://lablousedelyon.com

@lablousedelyon

THANX GOD I'M A V.I.P.

サンクス・ゴッド・アイム・ア・ヴィ・アイ・ピー

1994年に創立された、色の品揃えやセレクトのこだわりが光る古着店。ファッション業界人もお墨付きのセレクトセンス。ハイブランドの希少価値の高い一点ものと出会えるのも、フランスならでは。カジュアルなものからドレス、小物も豊富。オリジナルのアイテムも展開している。メンズの店舗も隣接する。

12, rue de Lancry 75010 Paris

https://www.thanxgod.com/v3/

@thanxgodimavip

限の可能性を秘めている。あと面白いのが、世界中の本物の作業服をセレクトするブランドがあること。よくよく見ると、日本のニッカポッカをカッコよく着こなしている人が街にいたりする。こちらの概念をフラットにし、わくわくさせてくれる。

食×地元民

ヘルシー志向の国が増えているが、パリもまた意識の高い人が多い。パン屋は至るところにあるが、おいしさと原材料にこだわる店には行列ができる。大型スーパーは便利だけれど、ビオを求めるなら食材店へ。野菜、卵、チーズやサラミなどの加工品、ワイン……フレッシュなものが揃う。ル・ジンガム2の責任者は「〝毎日市場〟がコンセプト。生産者選びは、なるべく地元から距離の近いものを意識している。年に一度はそれぞれの生産者に会いに行き生産物をチェックしている。また何より、地元の人との会話は欠かさずにね」と微笑(ほほえ)んだ。それは何よりの健康かもしれない。

オーガニックを求めて。笑顔の見える生産者×売り手×買い手の交流場。

SAIN BOULANGERIE
サン・ブーランジェリー

パリはベーカリーが多く、小脇にパンを抱えて歩く人々でいっぱい。それだけ生活に必要なもの。中でも、おいしさのみならず、健康にも気を使う人に近年人気な店舗のひとつが、「SAIN」。産業用のイーストを使わず天然酵母を使用。グルテンの含有量も最低ラインにこだわり、全ての小麦粉もオーガニックのものを選び抜く。
13 Rue Alibert, 75010 Paris
https://www.sain-boulangerie.com
@sain_boulangerie

satiõ

サティオ

ルイズさんは友人と二人でコロナ禍を機に店を始めた。「生産者の顔が分かるローカルなお店をやりたかった。実際に生産者に会って、直接取引で商品を決めています」。元々は劇団で働いていた二人。店内のデザイン、店のロゴなども彼女たちの手作り。
11 Rue Alibert, 75010 Paris
https://www.satio-epicerie.fr @satio.epicerie

野菜、卵、乳製品、加工肉製品などが並び、ジンガムはワインの種類にも定評。近所の人がひっきりなしに訪れ、商品を選んでいた。ご夫婦に声をかけると「買うなら安全なものを選びたくて、通っている」と。価格も日本の有機食材より手にとりやすい印象。
51 Rue de la Fontaine au Roi, 75011 Paris
https://lezingam.com @lezingam

LE ZINGAM 2

ル・ジンガム2

ビキニ
×
ホテル

1929年から60年間パリで最も人気だったプールが「プール・アート・ライフ」を掲げ、ホテルに生まれ変わった。だが、生まれ変わりは一度ではない。第一幕は1929〜89年。60年パリジャンたちが泳ぎ、スケートを楽しむ楽園だったが、老朽化により閉鎖を迎える。第二幕は1989〜2014年。閉鎖された25年間に、アンダーグラウンド系アーティストによるウォールペイントで変貌……だが、そこで終わらない。2014年に第三幕を迎え、今またそびえ立つ。かつての象徴、青・黄・白のトリコロールカラーのプールが眩しく、全体のグッドデザインでモダンに見える。

Molitor Hotel

モリトールホテル

ビキニ誕生の瞬間、廃墟となった25年間、一軒のプールが経験した歴史が刻まれた、アートとグラフィックのリゾートホテル

当時と同様に、屋外プールと室内プールを備える。屋外プールは28度に保たれた温水で一年を通して楽しめる。スパ、サウナ、エステも充実。
13 Rue Nungesser et Coli, 75016 Paris
molitorparis.com
@molitorparis

→目次に戻る

当時は更衣室だった部屋に若手アーティストの作品を展示。いたるところがアートギャラリー！

「パリ特集」はWeb「翼の王国」でもお楽しみいただけます。

©Thomas Jorion

上／1947年に行われた「ビキニコンテスト」。ビキニはここで誕生し、のちに世界中でポピュラーなルックに。　左／25年間廃墟だった頃のプール。ホテル内にはこの時代のアートも包み隠さずオマージュされている。

レセプション、階段、スパフロアもアート&グラフィック。200人ものアーティストが提供するアーティーな館内。外観のイエローは閑静な16区に映える。

花空遊愉

vol.17

花と出会う、花と遊ぶ。

今月の花

ラナンキュラス

原産国 西アジア〜ヨーロッパ南東部

装花・文 赤井勝

名は体を表す——。

よく使う慣用句ですが、私が日ごろ扱う花たちの名前も、その花容を表しているものが多々あります。

蝶のように艶（あで）やかな「胡蝶蘭（こちょうらん）（ファレノプシス）」や、南国の鳥のような姿の「極楽鳥花（ごくらくちょうか）（ストレリチア）」、まるで鶏のトサカのような「ケイトウ（鶏頭）」などは、その典型ではないでしょうか。

そして、今月の花「ラナンキュラス」。

私が子どものころから日本の花（か）き業界でも馴染み深い、春の花です。

いまから40年ほど前、駆け出しのフローリストだった私は市場に並ぶあらゆる花に興味を持ち、手当たり次第に調べていました。その時、私の目をひいたのが、この可憐な花だったのです。インターネットもまだ一般的ではない時代。私は市場で働く先輩たちに「ラナンキュラスって、どんな意味ですか?」と尋ねたり、古書店でアメリカの園芸書をあさったりして、なんとか、その名の意味を知りたいと思ったのです。

花の名が持つ愛らしい響き……、きっと、おとぎ話に登場するお姫様か、はたまた、クラシックの楽曲あたりに由来した名前なのではないか、そんなふうに推理していました。ところが……、私が見つけた本には、こう書かれていたのです。

〈ラナンキュラスはラテン語で『小さなカエル』の意。原種が湿地帯に群生していたことから、その名がつけられた〉

愕然（がくぜん）としました。「え、カエルだったの!?」と。

以来、私はラナンキュラスの装花を作るときはいつも「お、今日は赤のラナンキュラス……赤ガエルやね」と独りごちては、笑いを噛み殺しているのです。

赤井　勝／あかい　まさる
65年、大阪生まれ。花を通じ心を伝える自らを「花人」と称し、自身の飾る花を「装花」と呼ぶ。08年、北海道洞爺湖サミット会場を花で飾り、09年、ローマ法王ベネディクト16世にブーケを献上。13年、伊勢神宮式年遷宮では献花奉納し、17年、フランスのルーブル王宮内パリ装飾美術館で開催の「JAPAN PRESENTATION in PARIS」でも桜の装花を担当。

パラダイス山元の

快適な空だけの旅

Vol.18

ラーメンにっぽん縦断

イラストレーション／ソリマチアキラ

日本へ初めてやってきた北欧の友人が、来日するなり「ラーメンが食べたい」と言い出す。10日間の滞在期間中に「30杯は食べたい♡」などと言う。

朝から晩まで毎食ラーメンで本当にいいのか？　せっかく初めて日本に来たのに観光はしなくていいのか？　富士山は？　神社仏閣とかの名所旧跡には行かなくてもいいのか？

東京だけで3000店以上もあるといわれるラーメン店。こちらが、さてどこへお連れしたらよいものかと悩む前に、自身で来日前に訪れてみたいラーメン店のリストをつくってきていた。SNS恐るべしである。

日本で本場のラーメンを食べに来たというからには、全国各地のご当地ラーメンも味わってもらいたいと思うのは当然だろう。北から旭川、札幌、函館……と、せっかくアテンドするなら一緒に飛行機に乗って各地のラーメンを食べに行きたくなった。あと、ちょっと通ぶって、彼の調

→目次に戻る

べが及んでいない店にお連れするとか。それから効率を考えて一箇所で何軒もハシゴできるラーメンに特化した施設もアリかと。

彼のリストの中には、新千歳空港の「北海道ラーメン道場」も、福岡空港の「ラーメン滑走路」もなかった。そもそも私と体格の差がふた回り以上もあるので、連続2杯でも3杯でも全然平気なはずだ。彼とは以前ジンジャークッキーの早喰いという、とあるイベントのアトラクションに参加。私は大差をつけられ彼に完敗した。

私としては、ラーメンだけでなく、日本の餃子も好きになって帰ってもらいたいという思いもあった。彼の出身地、スウェーデンの首都ストックホルムでは、10年ほど前から、ちょっとした餃子ブームが起こっている。きっかけがなんなのかは謎だが、街中の日本料理店、寿司店で、日本製の冷凍餃子が出回るようになり、やがてタイ料理店、ベトナム料理店の看板にも、デカデカと"GYOZA"と表記されるようになった。そういえば老舗ホテル内のレストランでも、スモーガスボードと呼ばれる、本場のバイキングスタイルのビュッフェで、なぜか寿司桶の中に焼き餃子が並んでいたことがあった。

都内滞在中、彼を中華、寿司店などにもお連れしたものの、あまり喜んではもらえなかった。滞在後半は、一人で行きたいラーメン店巡りに没頭。結局、目標を上回る50杯以上の写真を帰国する際に見せてくれた。ANAで沖縄へ行ってソーキそばも食べていた。「日本は狭くて10日もあればほとんど全て回れると思っていたけど、案外広かった。楽しいから、また来たい」だそうだ。ひとまず、安心した。

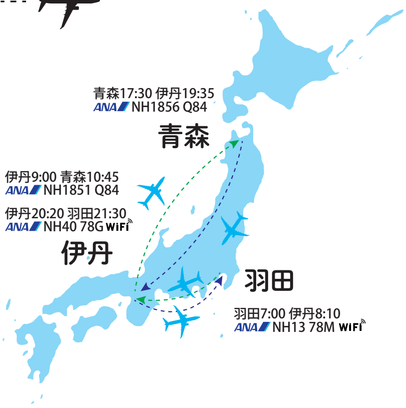
一番印象に残った食べものは、私と一緒に最後に空港ターミナルで食べた牛丼だったという。ラーメンではなかったというまさかのオチに麺（面）くらった。

〜つづく

パラダイス山元の 空 港 巡 礼

【青森空港】AOJ

2019年に空港ビルがリニューアル。全てが真新しい施設で、滞在中は快適に過ごすことができる。雪の多い年だと累計降雪量が10メートルを超える豪雪地帯にある青森空港の名物は、一糸乱れぬ重機の隊列が滑走路の除雪をする「ホワイトインパルス」だ。猛吹雪の中の作業風景というのは、なかなか直接お目にかかれないが、動画サイトなどでその勇姿を見ることができる。レストランの「青森十三湖しじみラーメン」「みそカレー牛乳ラーメン」は必食。お土産には、浅虫名産「久滋良（くじら）餅」、マーガリンとグラニュー糖がたっぷり挟まれた青森県民に50年以上愛されている「イギリストースト」、空港内で唯一実演販売（※）をしている落花生やピスタチオが練り込まれた「津軽路せんべい」、青森産ガーリックのフレーバーでパンチが効いた「ジャッツ タッコーラ」、津軽亀ヶ岡焼「遮光器土偶」と、パラダイス山元の推しがたくさんありすぎ。　※基本土日のみ実施



パラダイス山元：プロ搭乗客。ANA ミリオンマイラー。音楽家。餃子レストラン「荻窪餃子 蔓餃苑」オーナーシェフ。著書に『読む餃子』、英語版餃子レシピ本『GYOZA』、『パラダイス山元の飛行機の乗り方』『なぜデキる男とモテる女は飛行機に乗るのか？』などがある。全国各地で開催中の「皮からつくる本気の餃子づくり教室」などの出演イベントの詳細はX（旧Twitter）で発信中。@mambon

沖縄 やんばるの森の奇跡

沖縄の森を訪れたことはありますか？　やんばるの森の奇跡を知っていますか？
沖縄北部の「やんばるの森」は「奇跡の森」と呼ばれ、
２０２１年世界自然遺産に制定されました。
そしてまた沖縄北部で生まれ育ったＨＹは、２０２１年に沖縄県世界自然遺産
大使となり、この大切な財産を語り継ぐお手伝いをしています。
この森で起こった奇跡、人々の抱く夢、人と自然の共存する
新しい沖縄の魅力を、訪れて肌で感じてください。（ＨＹ）

案内人・語り：ＨＹ（沖縄県世界自然遺産大使）　写真：Ｇ・ＫＥＮ　文・編集：中野桜子

Deep into the heart of Yambaru Forest, do you know what miracles unfold there?

案内人：HY（エイチワイ）

2000年結成のミクスチャーバンド。新里英之（Vo&Gt）、名嘉俊（Dr）、許田信介（Ba）、仲宗根泉（Key&Vo）の4名全員が沖縄県うるま市出身。「HY」は、彼らの地元・東屋慶名（Higashi Yakena）の地名が由来。2003年に2ndアルバム『Street Story』をリリースすると、インディーズとしては史上初のオリコンチャート初登場＆4週連続1位という偉業を達成し、ミリオンセラーに。以来、多くのアルバムをリリース。国内ツアーに力を入れながら、カナダ、アメリカの主要8都市、台湾、韓国でもライブを実施。沖縄の自然を守る活動にも力を入れ、2021年には地元うるま市初の観光大使となり、沖縄県世界自然遺産大使に任命される。

この森は見渡すすべてが命あるもの。
土の上に立つと「自分も生かされている」と実感し、
些細なすべてのことへ感謝がこみ上げる。

やんばるの生んだ奇跡を知っていますか？

沖縄といえば青い海と白い砂浜ですが、ぜひ足を踏み入れてほしいのが、その先にある沖縄の森。ここやんばるの森は「奇跡の森」と呼ばれ、２０２１年、世界自然遺産に制定されました。

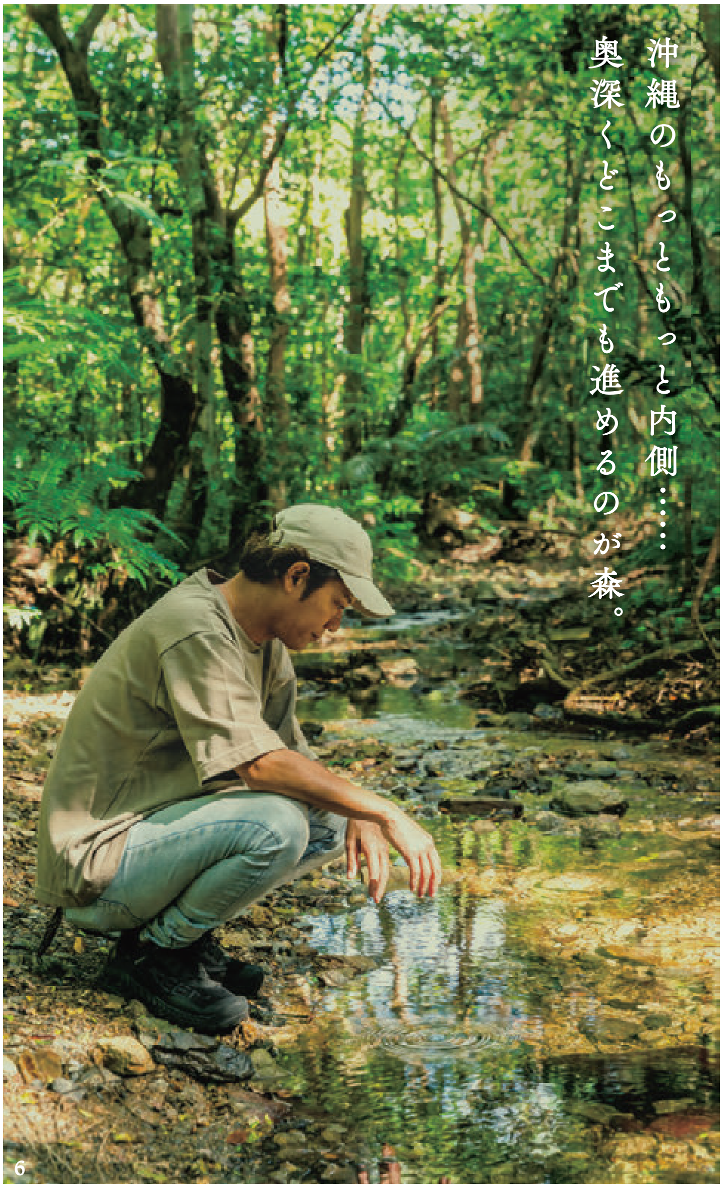
森に入ると３６０度緑に包まれ、直射日光が遮られてキーンと澄んだ空気に変わる。香り、森が奏でる音、見たことがない動植物、景色、それらから自分も知り得ない感情を毎回呼び起こされる。やんばるの森は約1億年も息をし続けています。あぁ、自分もこの数ある生物の一つとして「生かされている存在なんだ」と実感するんです。そうすると些細（ささい）なことへの感謝の気持ちがこみ上げてくる。自分を見つめ直せる場所ですね。

では、何が奇跡なのか。入っ

た瞬間にとびこんでくるのは、たくさんの生き物や植物、そして大地を踏んだときのパワー……それは奇跡としか言いようがない。でも、そもそもやんばるの森があるのは北緯27度の亜熱帯地域。同じく北緯27度付近の亜熱帯地域の多くは、砂漠や乾燥した草原が広がっていることが多く、こうして森林が発達していること自体が、「奇跡」と呼べるのです。この長い歴史の間に森が誕生した理由として、琉球列島が季節風や暖かい黒潮の影響で雨量が多いことが挙げられます。山々は水を蓄え、川となって潤いをもたらす。人々に水の恵みをもたらすのはもちろん、この森に、温帯と熱帯に存在する樹種を混成し、広大な森林と多種多様な動植物の育成をもたらしました。それはまさに、奇跡の巡り合わせといえるのです。

自然が与えてくれる圧倒的なパワーと癒し

僕たちは沖縄の中でも中部で育ち、今も住み続けています。やんばるの森の存在は近く、幼い頃から遊び場でした。今でも僕たちはそれぞれが、ふとしたときにこの森にたびたび足を運ぶ。何十年も、奥へ、もっと奥へ……それほどまでに奥深い魅力がこの森にはあるのです。メンバーの仲宗根泉は小さい頃から父にたびたび森へ連れていかれ、「森の奏でる音を聴きなさい、感性を研ぎ澄ませて」と言われていました。それがいまの曲作りに大きな力を貸してくれている。ミュージシャンでなくても、個を見つめ感性を研ぎ澄ますと、きっと、新しい何かに出会うことができると思うんです。僕たちはたくさんのパワーを自然からもらっている。



6

1

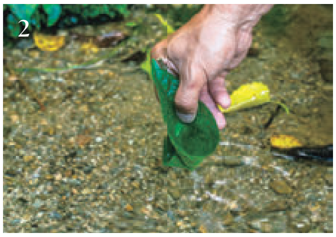
2

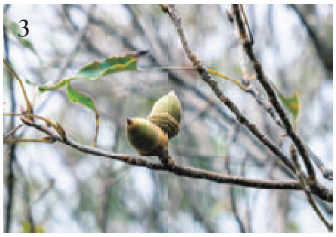
3

4

5

1. 完璧な保護色で目の前にいることに気がつかなかったヒメハブ。 **2.** キャップにとまってくれたリュウキュウハグロトンボ。**3.** こちらもかくれんぼのうまいリュウキュウアカガエル。**4.** 木登り中のオキナワキノボリトカゲ。**5.** 雨上がりの車道に出てきて走り去ったリュウキュウヤマガメ。**6.** 雨は山に降り、山にしみ込んだ雨は森を潤して小さな渓流になり、水は命を育み、私たちの生活を支えている。





1. 沖縄本島最北端の集落「辺戸（へど）集落」。琉球開闢神話で始まりの地といわれ、遺跡、王の墓、祭場、拝所も残る。共同売店があり人々が生活する。**2.** 森には湧き水スポットが。生活水として汲みにくる人の姿も。葉っぱコップで飲む天然水は最高。**3.** 日本一大きなどんぐり。「オキナワウラジロガシ」の木に10～12月に実る。**4.**「森のエビフライ」とも呼ばれ、希少生物であるケナガネズミがマツボックリの種を食べた食痕。かわいらしい落とし物の発見。

人と自然が共存するために

ヤンバルクイナはもちろん、目を凝らすと小さな生き物たちに出会えるのも、森の楽しみ方の一つ。でも、その裏には森を守る人々の努力や苦悩があることを忘れてはいけません。ロードキル（動物の交通事故死）や犬、猫の置き去り、マングース等の外来種による希少生物等の捕食問題やゴミ問題。現状を知ることこそ、人と自然の共存への一歩だと気づかされました。

ネイチャーガイド　平良 太
辺戸集落出身。幼少期から山や海を遊び場にして培われた観察眼で植物や生き物の解説、星空ガイドまでこなすスーパーガイド。元自衛官で、野営が得意。地域づくりにも精力的に取り組んでいる。

やんばる国立公園

沖縄県国頭郡国頭村辺土名
TEL: 098-836-6400
森を歩く際は、安全で分かりやすいツアーガイドのお申し込みがおすすめです。

夢を叶えるツリーハウス。

一冊の絵本から始まった壮大な夢の実現

「ツリーハウスを作り自然を守りたい」、この一心から生まれたホテルが今、やんばるの森の中にそびえ立つ。森の奥へと車を走らせ、ツリーハウスを目にすると、「すばらしすぎて信じられない……」。目の前の光景につい息を呑んだ。

オーナー兼建築主の菊川暁(きくがわさとる)さんは、全くの素人でこの壮大な建築に臨んだといいます。「完成まで約8年。幼少期に読んだ絵本のシーンが頭から離れず、ツリーハウスを作りたいという夢が忘れられなかった。娘の万葉(まは)も自然に強い思い入れがあり、親子で開業に至った。ただただツリーハウスを作りたい！という夢と、同時に日本初の森を活用したツリーハウスリゾートを目指し、森を守ることを絶

上から吊った建築方式で螺旋階段を上がる「スパイラルツリーハウス」と、全面窓で自然を浴びることができる「エアロハウス」。2024年はさらに4棟がオープン予定。23年にサウナツリーハウスも完成。自然を浮遊している感覚で整える。水風呂は天然の川へ滑り台でドボン！ 食事は大自然の木の上のダイニングで。その時々の県産食材をふんだんに使った薪料理やしゃぶしゃぶを堪能！

ツリーフルツリーハウス
サテイナブルリゾート

沖縄県名護市源河2578
treeful.net
@treeful.treehouse

対ルールとしながら、人々がダイナミックな自然体験もできる施設を完成させ、そのビジネスモデルを世界へ輸出したいというものでした。一念発起し、この手つかずの原生林の森に出会って土地を購入。森も守ることができ、雇用も生み、自然と共存していくのが大好きな自然への恩返しだと考えたんです」。

たしかに、ツリーハウスはいたるところに〝自然を最優先した建築〟がなされている。木を一切切らずに廊下や壁が幹や枝を避ける形で作られており、どこにいても自然をじかに感じられる。法律や木の上の建築の難しさというたくさんのハードルにぶつかりながら、建築の構造計算は独学、設計も自らがしたというのには驚き。夢を叶えることのすばらしさ、そして自然にお邪魔させてもらっている感謝が湧く、唯一無二の場所。

森をダイレクトに味わうサウナが2023年完成

南国気候で育った僕たちにとってサウナはそう身近なものではありませんでした。だからここでのサウナ体験には感動。さらに衝撃なのが、オーナーの坂本さんが大自然を相手に人力で作ったということです。自然を壊さず人と共存できるように、というコンセプトが伝わります。「私は県外からの移住者です。沖縄のかたは生まれながらに空、海、山に囲まれていますが、青森出身の私からすると涙を流して感動するレベル。伝えたいというエネルギーに変わりました。移住者だからこそ、島にできることがあると思うのです」

たしかに、沖縄県民は新しいものに対して慎重な人もいるので、こうして県外の人に刺激をもらったり、新しい沖縄の楽し

み方を教えてもらえることはありがたいです。観光客にとっても、冬も自然を満喫できる場所。

「私の原動力の根底には、どん底を味わった経験というのがあります。幼い頃父の会社が倒産、貧しい生活もしたし、一家で夜逃げも経験した。大人になり心が疲れたときにバックパッカーをして、タイの山奥に建つスパに出会った。〝ユートピア〟のような場所でした。衝撃を受け、自分もこんな場所を日本に作りたいと夢見ました。真剣に考えた結果、移り住んだのが沖縄です。まずは2015年にカフェをオープン。しかし数年後に襲われたのがコロナ禍による経営危機。どうしたら〝密にならず、人々の息抜きになる場が作れるか。このピンチをチャンスに変えたい〟と、先の見えない状態で、山の整備から始めました。夢があると人は強くなれますね」

今後の進化にも目が離せません。

2023年のサウナシュランにも選出！ こだわりのサウナ室は薪サウナで、熱め。

熱波師もいてアウフグースを体験できる。

ハンドパンの美しい音色と大自然で最高のヒーリング。山のあちこちで整い放題。焚き火もできる。

オーナーの坂本哲治さん。スパ会社で経験を積み、いざ沖縄へ。最初はアルバイトを掛け持ち、子育てもしながら準備をしてカフェから始めたという。

亜熱帯サウナ

沖縄県国頭郡本部町伊豆味2599
TEL: 050-8885-0691（要予約）
anettai_sauna

シーグラス、
そこにあってはならないもの……
いつか「完全になくなる日」を目指しているんです。

「観光客や子どもが出したゴミ？」と言う人がいますが、ゴミを見ると生活で出るものがほとんど。川を通して、海にゴミが来る。誰かのせいではなく、みんなで向き合う姿勢にチェンジしたら変わっていくと思います。

ゴミのアートが教えてくれること

沖縄の自然は本当に美しい一方で大きな問題が、それを守るということ。多くのボランティアやプロジェクトの努力が沖縄には存在し、僕らも日頃から同じ思いで活動をしています。この日は浦添市のカフェのオーナー黒島春奈さんと、砂浜に出てゴミと向き合いました。黒島さんの活動は、ゴミ拾いで終わりません。カフェに入ると、あっと驚く作品の数々……それはもうゴミではなく、すばらしいアート。姿を変えた作品を通して、来た人の心にメッセージを刻むって、アートにはすごいパワーがありますね。「シーグラスを見つけたときに、人間が出した危険なゴミがこんなきれいになるなんて、やっぱり自然ってすごい、と感じ、活動を始めました。でも、将来はこのきれいなゴミすらなくなるのが希望。ビーチクリーンをしなくてもいい世界を作りたい」

→目次に戻る

海が見渡せる隠れ家のようなカフェは、また訪れたくなる場所。ここでのビーチクリーンは「プロジェクトマナティ」がサポートしており、黒島さんはプロジェクトのパートナーとして、ゴミ袋の貸し出しをしている。お店で袋をもらって、拾ったゴミはカフェで預かってもらい、後日回収される。

店内にはずらりと迫力のあるシーグラスアートが飾られる。新月、イルカ、三日月のほか、1から9までの数字を表現した竜たちは「数秘」にちなんで黒島さんが独創し人それぞれの個性を象徴している。

↑ 店内のレイアウトも自分でDIYしてしまうという黒島さん。テラス席も最高。→ 絶品エスニック料理を堪能！ 2種類を少しずつチョイスできるのも嬉しい。写真はトムヤムクンヌードルとガパオライス。

↑ 砂浜に流れ着いたガラスの破片は、摩擦で角がとれ「シーグラス」と呼ばれる。シーグラスアートが黒島さんの活動のきっかけを作ってくれた。

隠れ家カフェ 清ちゃん

沖縄県浦添市港川543 B-16
TEL: 098-927-8398
@ kakuregacafekiyochan

沖縄北部を目指す旅

那覇空港から車を1時間半ほど走らせ、やんばる国立公園やツリーフルツリーハウス、亜熱帯サウナのある北部エリアへ。浦添市へは那覇空港から車で30分ほど。

※運航情報は変更になる可能性がございます。
最新の情報はANAウェブサイトをご確認ください。

◀「沖縄特集」はWeb『翼の王国』でもお楽しみいただけます。本誌未掲載のWeb限定記事もぜひご覧ください。

旅するお取り寄せ

vol. 006

食いしん坊の方々が出合った、とっておきのお取り寄せを教えてもらう連載。
暮らしを幸せにしてくれるあの味を求めに、旅をしたくなることでしょう。

撮影：江原隆司　取材・文：高田真莉絵

ひじきと梅。この組み合わせを考えた人を尊敬します。

約30年続いている『週刊文春』の対談連載「阿川佐和子のこの人に会いたい」ではインタビュアーを務め、小説家、エッセイスト、そして俳優とマルチに活躍する阿川佐和子さん。

料理好きと知られ、食にまつわるエッセイも数多く綴ってきた阿川さんが、「この組み合わせをよくぞ考えてくれました。思いついた人を尊敬します」と語るほど惚れ込んでいるのが、カリッとした梅としっかりとした歯ごたえが特徴のひじきが合わさった、太宰府 十二堂えとやの「梅の実ひじき」だ。

梅干しやレモンといった酸っぱいものに目がないという彼女が、この「梅の実ひじき」と出合ったのは、とあるテレビ番組の収録。

「ごはんのおともを紹介するコーナーにて一口味わった際に、なんとおいしいものなのかしらと。他にもたくさんいただきましたが、こちらは抜群に私の好みでした。またいつか食べたいと願っていたところ、仕事で九州を訪れた際に帰りの空港で再会し、友人たちの分も含めたっぷりと買って帰りました。炊きたてのごはんの上に好きなだけかけていただくのがスタンダードですが、おかゆやチャーハンの具材として使うことも。朝食には、水でふやかしたオートミールにかけて自由なアレンジを満喫しています。オートミール!? と、意外に思われるかもしれませんが、よく合うんですよ。海藻のやさしい風味に、キリッとした梅干しの酸っぱさがアクセントになっていて、食べ飽きません。

時間ができたら、太宰府天満宮の参道にあるお店の方にもぜひ買いに行ってみたいですね。余談ですが、太宰府天満宮三十九代宮司で、現在は竈門（かまど）神社宮司の西高辻信良さんは大学時代の同級生。これも何かの縁ですよね。

お店に行けるまでの間は、お取り寄せを楽しもうと思います。普段はアンチデジタルで、インターネットはあまり使わないんですが、おいしいものを前にしたら、話は別（笑）。便利なインターネットを使って、またこちらを味わいます」

『太宰府 十二堂えとや』の
梅の実ひじき

しその香りをまとった肉厚なひじきのもちっとした食感と、梅のカリッとした食感のコントラストが絶妙。独自の製法で作り上げたふりかけ。ごはんの友にはもちろん、おにぎり、サラダなどにも。756円 150g ☎0120-66-0382 https://www.1210-etoyashop.com

Profile

阿川佐和子

報道番組のキャスターを務めたのち、小説家・エッセイストとして活躍。新刊は、「聞く力」シリーズ最新刊『話す力 心をつかむ44のヒント』（文春新書）。認知症の親の介護や家庭円満の秘訣など、とっておきのエピソードが満載。

ニッポン 47妖怪 さんぽ

取材・文・造形
森井ユカ
撮影 原ヒデトシ
編集 中野桜子

18

鳥取

白蛇のおたね

鳥取砂丘の近く、多鯰ヶ池に伝わる白蛇伝説より。仲間にいつも甘い柿を振る舞う、長者の家の使用人おたね。後をつけると、白蛇となり池の中央の島へ渡り柿を取りに行っていたことがわかった。

商売繁盛

ニッポン全国津々浦々、数千もの伝承があるとされる中から都道府県ごとに一匹の妖怪を選び、独自の解釈で造形しました。妖怪に誘われるがまま旅にでかける空飛ぶ百鬼夜行に、ようこそ。

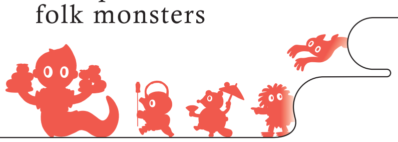
秘密の甘い柿のお話は鳥取県人だけが知っている

鳥取砂丘のわずか500mほど南に、鳥取県東部出身者のほとんどが知っているという「おたね伝説」発祥の多鯰ヶ池（たねがいけ）がある。地元でこれだけの知名度を誇る一方で、全国的にあまり知られていない妖怪も珍しい。

とある長者の元で働く、すらりとした美人のおたね。空腹を訴える使用人仲間を気遣い、何度も甘い柿を差し入れる。季節はずれにどこから？　と後をつけた仲間たちは、おたねが白蛇に変身し、池の中央にある小島へ柿をもぎに行く姿を見てしまう。おたねはその日以降姿を現さず、長者の家はあっという間に衰退した。他人の詮索をよしとしない教訓が込められた民話の一つだろうか、鳥取藩の近習医・安倍恭庵（あべきょうあん）により江戸時代中期に編纂された「因幡誌」から語り継がれているという。

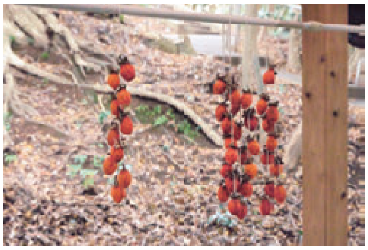
さてその多鯰ヶ池、周囲約3.4kmと大きくはないが立派な遊歩道に囲まれ、夏は蓮がきらめき、冬はとても荘厳な、予想以上に美しい池だった。ここに注ぐ川はなく自然に湧き出た水であり、最深部は17m以上もある。池の淵の小さな多鯰ヶ池弁天

With
47 Japanese
folk monsters



多鯰ヶ池中央の「小島」には現在、柿の木はない。古墳の多い場所で、祀りの対象であった小さな土馬が出土されている。

宮の社務所は、年間約30日ある巳の日と己巳（つちのとみ）の日にのみ開く。おたねが身を隠してから災いが起こるようになり、弘法大師が大蛇封じの祈祷をし、弁財天の像を刻んで社（やしろ）を建てたという説も。ぜひ巳の日に訪れて、白蛇形のおみくじを引いてもらいたい。



（左）鳥取砂丘のらくだ。おたね伝説の外伝では、おたねから落ちた蛇の憑きものが大亀の主を砂丘へ追いやり、大きな窪みを作ったという。（右上中下）多鯰ヶ池弁天宮の白蛇のおみくじは蛇が絡まっているようだ。

森井ユカ：立体造形家／キャラクターデザイナー　「ネコカップ」「ネゴ」のデザイン、ポケモンカードゲームのイラストレーション、粘土あそびセット『ねん Do！』のディレクションなどを担当。著書多数。

妖怪から妖怪へ渡る道中は海の幸に溢れた日本海の旅

多鯰ヶ池を後に、鳥取砂丘に立ち寄りつつ日本海へ。賀露港（かろこう）は、江戸時代に北前船の寄港地となっていた漁港だ。漁港直結の鮮魚店が営業する「賀露港 市場食堂」の一人用舟盛りが豪華な「北前船定食（お刺身定食）」は、多くの人が注文している大人気メニュー。漁獲状況により魚種は変わるが、このボリュームは変わらない。

　鳥取市では2007年に開店した粋な割烹「日本料理 淳」で松葉ガニ（ズワイガニのオス）を。

（右）迫力の北前船定食は、お値段も衝撃の1180円、（左上）本ズワイガニ丼は白米の中にもカニがいっぱいの大満足の一品、（左下）鳥取ならではの猛者エビ天丼はプリプリと大きく食べ応え満点、ああ幸せ。

「日本料理 淳」で3月半ばまでの松葉ガニを堪能。刺身、しゃぶしゃぶ、網焼き、メス（セコガニ）の甲羅盛りとそれぞれに違った美味しさを味わえる。カニ味噌をつけていただくひととき、唸り声しか上げられない……！

→目次に戻る

「因州中井窯」「岩井窯」など鳥取を代表する６つの窯元で作られた美しい器から、客が自ら選ぶ。

「KAJICURRY」の「フィッシュ and トーフカリー」は旬魚２種のヅケと豆腐を崩しながら、ココナッツの風味豊かなカレールウを絡めていただく。カレーという名のエンタテインメントだ。

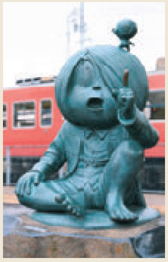
おまかせ会席コースのほか、11月初旬から3月半ば頃まで松葉ガニの絶品コースがいただける。凝縮された旨味と芳醇な甘味は、鳥取近海の松葉ガニならでは。店主の竹内淳一郎さんが集めた器と落ち着いた内装が、新鮮な食材と地酒による至福のひとときを盛り上げる。

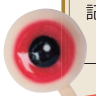
カレールウの消費量が多いことで知られる鳥取県。そんな鳥取を代表する店が「KAJICURRY（カジカリー）」だ。店主の梶川哲秀さんが福岡で出会ったスリランカのカレーに惚れ込み、その後、スリランカでの飛び込み修業を経て2020年にオープンした。客が地元の窯元で作られた手仕事の皿を自ら選ぶ、まさに真剣勝負で食す究極のカレー。「カレーのポテンシャルが鳥取の食材を最大限生かす」ことに感動しつつ、米子鬼太郎空港を目指し妖怪で始まった旅を妖怪で締めるのだった。

「水木しげる記念館」が 2024年4月にリニューアルオープン！

『ゲゲゲの鬼太郎』などで知られる境港市出身の漫画家・水木しげるの作品などを展示している「水木しげる記念館」が、20周年を機にリニューアル。2024年の4月20日（予定）より再オープンする。境港市によると、新たな施設は敷地面積を400平方メートルほど拡大し、原画などの展示スペースを拡充するそう。

記念館の建つ、170以上の妖怪のブロンズ像が並ぶ「水木しげるロード」も見ごたえあり。今回は、妖怪食品研究所の和菓子「妖菓 目玉おやじ」を買って食べ歩き。旅の最後を飾る記念撮影に一役買ってくれる。





妖菓　目玉おやじ

「米子鬼太郎空港」を利用して、「水木しげるロード」へ鬼太郎に会いに行こう！

©水木プロ

妖怪さんぽスポット

【多鯰ヶ池弁天宮（おたね弁天）】鳥取県鳥取市福部町湯山 2062
【鳥取砂丘】鳥取県鳥取市福部町湯山 2164-971
【賀露港 市場食堂】鳥取県鳥取市賀露町西4丁目 1803-2　☎0857-28-2391
【日本料理 淳】鳥取県鳥取市永楽温泉町 257　☎050-5487-9595
【KAJICURRY】鳥取県鳥取市扇町 138　火〜金曜営業
※ご予約は Instagram から（@kajicurry）
【妖怪食品研究所】鳥取県境港市本町4
【水木しげる記念館】鳥取県境港市本町５番地
http://mizuki.sakaiminato.net/

出典：『鳥取市内伝説集 東部編』渡辺光正／『ふるさとの民話 第四集 鳥取県東部編』酒井董美（ハーベスト出版）／『福部村誌』福部村誌編さん委員会（福部村）／『とっとり昔ばなし』日置重雄（鳥取出版企画室）／『鳥取県伝説集（上）因幡編』『子どものための鳥取の伝説』野津龍（山陰放送）／鳥取市観光サイト www.torican.jp ／浜湯山・多鯰ケ池活性化委員会 www.tanegaike.com ／IT media ビジネス ONLINE「最も作って食べてる『カレー県』はどこ？」itmedia.co.jp/business/spv/2310/06/news008.html

高知だから叶う滞在
地球の営みを感じる旅へ

初めてでも海釣りの醍醐味を味わえる
目指せ！ 世界一釣り人に優しい町

マダイ、アジ、シロアマダイ さまざまな魚が釣れる
●須崎市

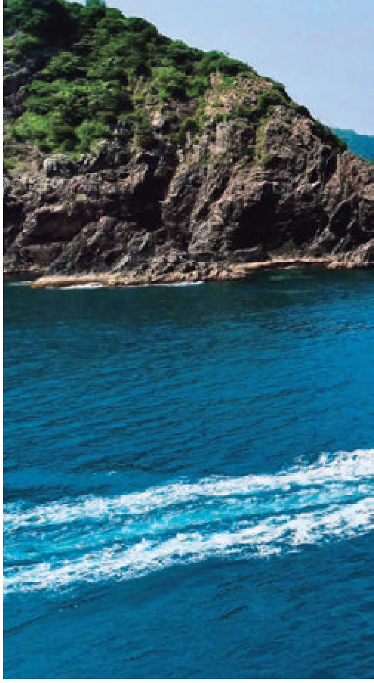
全国的にも日照時間が長く穏やかな気候で知られる須崎市は、高知市から車で約40分という良好なアクセスながら、初心者でも楽しめる釣りの名所。釣り具からライフジャケットまですべてレンタルできるうえ、船長に細やかに教えてもらえるので、臆することなく船釣りに挑戦できる。須崎市の取組みや釣りの詳しい内容は、右のQRコードからご覧になれます。

釣り、カヌー、キャンプ 高知の自然でリラックス

息をのむ美しさの川や海、そして力強く雄大な山。豊かな自然に囲まれた高知には、訪れたい場所、目に焼き付けたい絶景が数多く存在し、訪れる人々の心をつかんで離さない。その中でも、のんびりと暮らすように滞在したいと願う人たちに人気なのは、奥四万十エリアの須崎市と、高知県北部に位置するれいほくエリアのさめうらだ。

沿岸漁業や養殖漁業の盛んな須崎市は、釣り人に世界で一番優しい町を目指しており、釣り

穏やかな湖に身をゆだねながらカヌーをし
星空をあおぎながらキャンプを楽しむ



湖の駅 さめうらレイクタウン
住所／高知県土佐郡土佐町田井 146-1　https://mizuuminoeki.jp

家族や仲間と一緒に大地をまるごと楽しむ

●さめうら

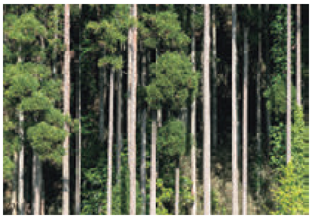
大豊町、本山町、土佐町、大川村の４町村からなる、れいほく地域。高知の中でも屈指の豊かな自然を誇るこのエリア内の早明浦ダム湖（さめうら湖）のほとりにある湖の駅 さめうらレイクタウンでは、カヌーなどアクティビティを体験できるほか、満天の星空の下、キャンプもできる。幻の和牛「土佐あかうし」を購入してバーベキューをするのもおすすめだ。

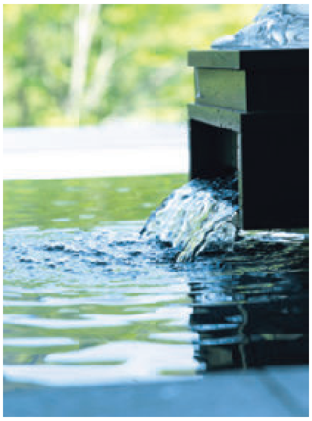
春は牧野博士のふるさと高知へ

世界的な植物学者・牧野富太郎博士が愛した高知の自然と、博士にゆかりのある地を紹介する HP。高知を訪れる際の参考にしたい。

高知県観光博覧会
らんまんの舞台・高知
牧野博士の新休日
Dr. Makino's New Holiday in KOCHI

好きの聖地としても知られている。一方、さめうらは湖面でカヌー体験ができるのだ。この春は、高知の恩恵を満喫する旅へ出かけよう。





Sky Trip to Heal the Senses
大分

旅で潤う

vol.18

案内人：笹野美紀恵
編　集：服部広子

薪サウナから眺める雲海
スパイスの魔術師が作る
野菜料理が新しい

温泉やサウナだけではなく、新たな食との出会いも大切にしたい。そんな最近のテンションにハマったのが、昨年6月、大分の由布院にオープンしたオーベルジュ「ENOWA YUFUIN」。

シェフ自ら土づくりから始めた自家農園を持つこちらでは、その日の朝に収穫された野菜を主役にした料理がいただけます。野菜本来の味とスパイスの余韻が残るソースは、まさに新感覚！「スパイスもシェフが自分で調合して作っていて、その腕は『スパイスの魔術師』と呼ばれるほど。食材に関しては循環を意識していて、生ごみなどを一切出さない

ENOWA YUFUIN

由布院駅から車で約5分。森の中の雄大な敷地に10棟のヴィラと9つの客室などを備える複合施設。地域と連携しながら食の循環やサステナビリティを意識したホテル運営をしている。

tel. 0120-770-655（予約センター）
大分県由布市湯布院町
川上丸尾 544
https://enowa-yufuin.jp/

笹野美紀恵
サウナトータルプロデューサー。サウナ・温浴施設プロデュースのほか医療機関と連携し、新しいウェルネスの形を提案している。

→目次に戻る

食事にしています」（広報担当）

もちろん、温泉もサウナも最高です。プレミアム・スイート・ルームのインフィニティ・プールやサウナエリアからは、由布院の街並みが一望できてとっても贅沢。秋口から冬にかけては雲海も出て、それはもう雪の上のサウナみたいなんです。薪ストーブは体の芯から温まるレベルもほかとは段違い。外気浴をしながら森の木々の葉が揺れる音に耳を傾けて……これぞ、私が目指す五感で楽しむサウナです。

日本有数の温泉地、由布院の新たなリトリートで心に潤いを。

A New Ambitious Story

翼の流儀

第18回

〝音のない競技〟で躍動、目指すは金メダル。

2022年デフリンピックで団体準優勝 障がい者採用の仕事に関わりながら競技に打ち込む

デフバドミントン日本代表
伊東勇哉

デフバドミントンという競技がある。聴覚障がいのある人たちが参加し、「打球音のない世界のバドミントン」と呼ばれる。ANAには採用の業務に携わりながら、この競技で世界の頂点を目指している社員がいる。2021年に入社した伊東勇哉だ。東京で開催される2025年の晴れ舞台を目指して練習を続ける伊東が見据えているものは何か——。

「いま、いちばんの目標は来年、東京で開催されるデフリンピック。地元で開催されるその大会で、金メダルを獲得することです」

ユニフォーム姿でラケットを構えた男性は、こう言って目をキラキラと輝かせた。

この男性は、ANA人事部の伊東勇哉（とうゆうや）。ANAは、入社から退社までの一貫した人材育成を目的とした「ANA人財大学」を2007年に設立した。伊東は現在、その人財大学に籍を置いている。

「エキスパートスタッフ職として、弊社を志望する障がいがある人たちの、採用担当をしています」

じつは、そう話す伊東自身も「両耳全ろう」という重い障がいがある。

「等級は、聴覚障がいでは最も重い2級。補聴装具の人工内耳がなければ、飛行機のジェットエンジンの音すら、聞こえないんです」

障がいを抱えながら、ANA社員として日々、フルタイムの仕事に勤しむ。そのいっぽうで、彼には「デフバドミントン日本代表」というもう一つの〝顔〟もある。

デフバドミントンとは、耳が完全に聞こえない、あるいは一定程度、聞き取りづらいといった、聴覚に障がいのある選手たちによるバドミントンのこと。

伊東はその日本代表として、数々の国際大会に参戦している。〝聴覚障がい者のオリンピック〟と称されるデフリンピックにも出場。2022年、ブラジルで開催された前回大会では、混合団体で見事、銀メダルを獲得した。

「来年11月のデフリンピックは地元東京での開催ですから、さらに上の成績を目指したい。まずは、来年2〜3月の最終選考会。そこでしっかり結果を出すために、いまから徐々にモチベーションを上げていきたい、そう思っています」

中学でバドミントンと出会う 懸命に練習するも限界も感じた

1998年、健常者の両親のもと、埼玉県で生まれた伊東。生まれつき、その耳は音を聞き取ることができなかったという。

「本当に幼いころは、音のない世界というのが当たり前なんだと思っていたんです。でも、幼稚園に通うようになると、たとえば先生がみんなを呼んだとき、自分だけ置いていかれるようなことがたびたびあって。『ああ、音が聞こえないというのは、こんなに不便なんだ』と気づかされました」

伊東は補聴装具をつけて、地元の公立小中学校に通った。

「練習は終業後、19時から。ANAのバドミントン部であったり大学の同期と個別練習したり。強豪クラブの練習に参加することも」

「補聴装具をつけたとしても、健常者と同じように聞こえるわけではないので、やはり不自由は感じました。とくに補聴装具は水に弱いので、プールやお風呂といった場所では外さないといけなくて。そういう場面では本当に何も聞こえなくなってしまうので、コミュニケーションには苦労することもありました。でも、耳のことで友人たちからいじめられたり、からかわれた記憶はありません。ただ、みんなの会話にうまく入れなかったりして、少し寂しい思いをしたことはありました」

中学校に進学した伊東は、バドミントン部に入部した。

「じつは、僕の父は中学から社会人になるまで、ずっとバドミントンをしていて。高校時代には都内でもトップクラスの強豪校のエースでした。だから、僕がバドミントン部に入部すると、父はとても熱心に指導してくれて。それで僕

補聴装具をつけ公立小学校に（写真下）。「多少の不自由はあっても、工夫すればなんとかなります。職場でも、同僚の人たちが快くサポートしてくれて楽しく仕事ができています」

もバドミントンに意欲的に、懸命に取り組むようになったんです」

しかし、聴覚の障がいというのは決して小さくないハンデだ。中学では区大会は勝ち抜けたものの、その上のブロック大会出場が精一杯。高校でも、成績は都大会のベスト8止まりだった。

「補聴装具をつけていても、片方の耳は何も聞こえません。コンマ数秒のなか、判断が迫られる競技なので、ちょっとでも聞こえない、わからない、というのは動きの遅れにつながってしまうんです。一生懸命、練習に打ち込みましたが、やはり健常者の選手に追いつき勝利するというのは、簡単なことではありませんでした」

高校3年。「これ以上大きな舞台に立つことは望めない」、そう考え、競技生活は高校までと覚悟を決めた。ところが、その伊東のもとに、ある誘いが持ちかけられる。それは〝音のない世界のバドミントン〟からのものだった。

音の情報がないなかで パートナーの動きを「予測」する

「そのときまで、僕はデフバドミントンという競技の存在を知りませんでした。だからこそ、もう選手は引退しよう、そう考えていた。でも、もしかしたら、このデフバドミントンという競技なら、もっと上を、世界を目指せるかもしれない、自分が輝ける場所があるかもしれない、そんなふうに思って心が躍りました。大学に進んでも、社会人になっても、デフバドミントンの選手としてやっていこう。そう思ったんです」

デフバドミントンの基本的なルールはバドミントンと同じ。シングルス、ダブルスとも、バドミントンと同じ広さのコートを使い、1セット21点の2セット先取によって勝敗を争う。ただ、公平性を保つため、補聴装具をつけることは禁じられている。選手は音のない、聴覚による情報がまったくないなかで、試合に臨む。

「バドミントンでは当たり前に聞こえるシャトルを打つ音やコーチの声も、デフバドミントンでは一切、聞こえません。とくにパートナーの声や足音が聞こえないダブルスはたいへんです。自分がコート前方にいるとき、背後にいるパートナーがどんな強さのショットを打ったのか、その後、パートナーがどこに移動したのか、まったくわからない。それはやはり怖いです。デフバドミントンを始めた当初は、ゲーム中にパートナーの体と衝突してしまうことがたびたびありました」

それでも、競技生活を続けトレーニングを重ねていくうちに「だんだんと感覚が掴めてきた」と伊東は話す。

「パートナーの動きが読めるようになってきたんです。この人は、打った後、こちらに動くだろうとか、その次はこっちに行くだろうと。バドミントンでは、相手選手の動きを読むことを戦略上、当然するわけですが、デフバドミントンでは、味方の動きも読み取らないと、いい結果につながらない。パートナーの動きを読みながら、自分が取るべき最適なポジションはどこな

A New Ambitious Story
翼の流儀
第18回

のか、瞬時に判断しながらプレーを続けるんです。観客にとっては、そういったところも、見どころの一つだと思います」

「先を見通す力」を仕事で生かして活躍したい

伊東は2021年4月、ANAに入社した。

「幼いときから、飛行機はもちろん、電車やトラックなど乗り物が大好きでした。さらに、大学では人文地理学を専攻し、交通システムについて学んだので、公共交通機関で働いてみたいという思いから、志望しました」

入社後は先述のとおり「人財大学」で採用を担当している。

「入社希望の学生さんとやり取りをしながら、志望者のためのイベントを企画、運営したりしています」

伊東には将来、やってみたい仕事があるという。それは……。

「今日、同席してくれた上司にはすでに打ち明けているんですが、『レベニューマネジメント部』の仕事をしてみたいんです。自分の持っている先を見通す力、読み取る力を生かしてみたいんです」

レベニューマネジメント部では、適切な座席管理や運賃コントロールを通じて、旅客収入の最大化を目指す業務を行なう。過去の実績やマーケットのトレンドなどを多面的に分析しながら、どの路線にどんな運賃の座席をどれだけ配分するかといった価格設定を担う、重要な部署だ。

伊東の上司でANA人財大学のマネジャー・植野功一（うえのこういち）は言う。

「アスリートとして培った、一般の人にはない発想や、ものの見方というものが、生かせる部署かもしれません」

一昨年、ブラジルで開催された夏季デフリンピック大会。コロナ禍で様々な制限がある中、日本代表として出場した伊東は男子ダブルス、混合ダブルスでともにベスト8に進出。さらに、混合団体では、準優勝を果たした。

「銀メダルを持ち帰ったとき、初めて父から『いままで、よく頑張った』という褒め言葉をもらって……、グッと、こみ上げるものがありました。ラケット代やシャトル代なども、ずっと両親が支援し続けてくれて、ここまでこられたので、やっと、少しは恩返しができたのかな、そう思っています」

来る2025年。夏季デフリンピックは東京で開催される。

「デフバドミントンの認知度も高まって、世界的にも競技人口が増え、ライバルはいままで以上に強くなっています。それでも、家族はもちろん、ANAの同僚のみんなにも、ぜひ応援に来てもらいたい。皆さんに見守られながら、金メダルを勝ち取りたいんです」

「Y.ITO JAPAN」と染め抜かれたユニフォームで、コートを舞う（写真上／2023年、ブラジルで行われた第6回世界デフバドミントン選手権）。同大会では混合団体で準優勝、男子シングルスと混合ダブルスではベスト16に（同左）

ANA Business Jet

「ビジネスジェット」は、お客様のご要望に合わせて、
目的地まで就航するプライベートジェット機です。

HP：https://anabj.co.jp/　TEL：03-3503-8110　（営業時間/月～金 9:30~17:00　※土・日・祝・12/29~1/3 休）

大企業勤務からのセカンドキャリアに
地域企業への
ハイクラス転職
あなたのキャリアを待っている、地域企業がある。
あなたの
希望を叶える
地域企業との
出会い
今までの経験を活かし
地域企業で“経営人材”として
活躍しませんか？
地域金融機関が審査した企業のみをご紹介
REVICareer
レビキャリ
レビキャリ

おべんとうの時間

第204回

静岡県浜松市

天竜浜名湖鉄道「三ヶ日(みっかび)駅」駅員

夏目克己(かつみ)さん

写真：阿部了

文：阿部直美

今日は、みかん切りの人が誰も降りなかったね。朝、雨が降ったせいかな。三ヶ日はみかんの産地だから、あちこちにみかん畑があるの。今は「青島」って品種が最盛期で、農家さんに頼まれて毎年この時期に手伝いに来る人たちがいるんですよ。服装を見ればわかるよ。

さっき、お母さんの見送りで小学生の男の子が来たでしょ。あの子は、もう2年生になったんかな。コロナが流行ってからお母さんは在宅勤務になったんだけど、月に数日は出勤するの。いつもホームで見送るだよ。電車が、向こうの踏切の先で見えなくなるまで手を振ってる。お母さんも車両の一番後ろに立って、こっちに向かって手を振るの。お母さんが大好きなのよ。この前、「お母さんにも、蒸気機関車の写真を見せてやってね」って言われただよ。

ここは今「天竜浜名湖線」だけど、国鉄の管轄だった頃は「二俣線」って路線でね、蒸気機関車が走ってたんです。私は車掌をしてたの。前に地元の小学生たちが町探検の授業でここに来た時、蒸気機関車の「C58」と一緒に写っている写真を見せたんです。「これに乗ってた」って言うと、皆が驚いてね、あの子もその写真を見たのよ。

私は、国鉄に入れるとは思わなんだ。本当によかっただよ。生まれは、新所原です。昭和17年の戦中生まれ。おふくろちゃんが一人で牛を引いて、田起こしして米や野菜を作ってた。男ばっかり4人兄弟の3番目でね、おやじが戦争から帰ってきても自分はずっとおやじに懐けなくて結局仲良くはなれんかった。高校を卒業して、東京に出たんです。ドライクリーニングの仕事に就きました。工場の近くの店で買う大福とハムカツがうまかったなあ。同じ所で働いていたのが、うちのおっかさん。あの人は中学を卒業して青森から出てきたの。仕事では先輩です。どさくさに紛れて、結婚しちゃった。そうしたらさ、実家から「国鉄で働き口がある」って話が来て、大急ぎで夜11時台の電車に飛び乗って帰ったの。新所原には朝の4時過ぎに着いた。おっかさんは、未だに言うよ。「うちらはね、箸の一膳から二人で揃えただよ」って。あの時国鉄に入れなかったら、どうなってたんだろうな。人間、どっかで何かのチャンスがあるだね。それを掴むか、掴まないかだね。

昭和39年、東京オリンピックの年に国鉄に入りました

昭和39年、東京オリンピックの年に国鉄に入りました。2、3年経って車掌の試験を受けたら、運よく受かっちゃった。私の担当は豊橋の車掌区。その中でも旧二俣線は昭和46年まで蒸気機

関車が走ってたの。主に貨物列車で、この駅からはみかんを大量に出してたね。列車の一番後ろに車掌室があったんだけど、煙がすごくて。鼻の中も耳の中もススで真っ黒よ。

毎日窓の外の景色が変わるから、車掌の仕事は楽しかっただよ。特に愛知、静岡、長野って3県を跨ぐ飯田線が好きだった。紅葉もよかったし、雪もよかったな。冬、朝4時台の電車で飯田へ向かうと、架線が凍ってるんだよね。車両のパンタグラフが擦れて火花が散るの。明け方のまだ薄暗い中、パチパチ光って氷を溶かしながら走るのが忘れられないな。あれはお盆の帰省客が多かった時だ。一行路で百万円近く売り上げがあっただよ。飯田線は無人駅が多いから、車内で切符を買うの。駅に着くと、お客さんがどこらへんに座ったかを見ていてすぐに近寄って行先を聞くの。「豊橋まで」ってその人が言うでしょ。でも大きな荷物を持ってる。「もっと遠くまで行くんじゃない?」ってひと声かけると「東京まで」とか「大阪」って答えるの。車内でも遠距離の切符は買えるからね。そうやってひと声加えると、二千円が二万円になったりして、一万円札がじゃかじゃか入ってきた。でも怖くなっちゃってね。何度も車掌室に持ち帰ってお金をしまうんだけど、大丈夫か気になって。過去最高額を売り上げて会社から表彰されただよ。その時にもらったネクタイピン、今も大事につけてるの。未だに夢を見るんです。乗務するはずの電車に乗り遅れたっていう夢。はっと飛び起きるだよ。

三ヶ日駅の駅員になったのは55歳の時です。もうすぐ27年だね。ここでは11時43分の車両を見送ったら、弁当の時間。この後1時間は列車が来ないから。駅舎の窓をちらちら見ながら食べます。定期券や回数券を買う人もいるからね。今も手書きでスタンプ押して作ってるの。

うちのおっかさんは、若い時から料理が好きでね、なんでもできるだよ。フライパンの片側に寄せて作るあれ、そう卵焼き、得意みたい。よく入ってるから。でも今日ゆで卵にしたのは、ほら、黄身がふたっつ。これを見せたかったの。道の駅で買う「おみくじたまご」でね、なんと黄身が三つってこともあっただよ。三つなんて出たら、宝くじが当たりそうじゃない。かすりもしなかったなあ。おにぎりは、わしが握った。この前あの人、転んで肩を痛めただよ。「力が入らんでよー」って言ってるから、あの人の分も握ってきただよ。

ここにいるとね、「夏目さんがまだいるー」って、おばちゃんになった元高校生に声をかけられるの。当時は三ヶ日高校があったから、高校生たちとよくお喋りしただよ。「もう学校やめたい」なんて言う子もいて、「やめたらオレが寂しいしさあ」って。やめずに通ってくれてよかった。「夏目さん、うちの子見てよー」って赤ん坊を連れてくる子もいるの。駅員室でオムツ替えてくの。かわいいだよ。さて、そろそろ下り列車が来る頃かな。

パリに行ったら、ルーヴルへ。東京に来たら、トーハクへ！

vol.3

トーハクは**極上の散策コース** 日本を知るためのテーマパーク

多様化や国際化が当たり前の昨今、国際社会で私たちに求められるのは個人のルーツをきちんと語れること。海外に行くとその国の文化を知るため美術館や博物館に足を運ぶのでは？　東京には東京国立博物館（トーハク）がある。日本が世界に誇る博物館で日本の文化を深く知り、語りたい。

敷地内の庭園散策では、5棟の茶室をはじめ、点在する記念碑や塔などを巡る楽しさも。

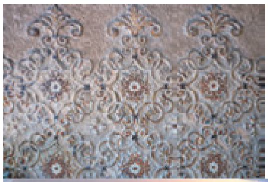
【六窓庵】奈良の興福寺慈眼院に建てられ、「大和の三茶室」といわれた茶室のひとつ。入母屋造り、茅葺き。

【応挙館】もとは明眼院（名古屋市郊外）の書院。円山応挙が眼病で滞留中に描いた障壁画も見事。

トーハクの魅力は充実したコレクション内容の素晴らしさだけではない。もとは寛永寺の境内だったこともあり本館北側には美しい庭園が広がる。トーハクの創設当初にあった動植物の研究部門「天産部」の名残で珍しい樹木や野草が植えられているのも特徴。５つの茶室、数々の石碑や灯籠なども点在する庭園は通年開放されている。豊かな自然を満喫しながら、多くの発見もある散策コースだ。

また、重要文化財に指定された多様な建築様式の建物を見学する楽しみもある。内部に施された繊細な装飾も見応えのある帝冠様式の本館、明治時代を代表する洋風建築の表慶館、正面に向かって左側にある黒門、旧十輪院宝蔵など、散策しながら日本の歴史を垣間見ることができるテーマパークでもあるのだ。

重要文化財に指定された建物の多様な建築様式



装飾やディテールに注目しながらの館内散策にもまた違う楽しみが

内部の装飾も要注目。アール・デコ調の照明、宝相華模様の壁面タイルが美しい1階ラウンジ。

【本館】
1938年開館。建築家・渡辺仁の設計案をもとに宮内省内匠寮が施工。「帝冠様式」の代表建築とされる。

【旧因州池田屋敷表門（黒門）】
鳥取藩池田家江戸上屋敷の旧正門。左右に唐破風（からはふ）のある番所を備えた格式の高い門。1954年移築。

【表慶館】1909年開館。建築家・片山東熊の設計。建築の魅力あふれる洋風建築。外壁上部のレリーフにもご注目を。

【旧十輪院宝蔵（校倉）】
奈良の十輪院より移築。鎌倉時代の建築で、腰壁各面に十六善神像を線刻した石がはめられている。現在は法隆寺宝物館の脇にある。

東京国立博物館

住所：東京都台東区上野公園13-9
開館時間：9:30～17:00
※毎週金・土曜：9:30～19:00
（入館は閉館の30分前まで）
※特別展の開館時間は、同館ウェブサイトにてご確認ください。
観覧料：一般1,000円、
大学生500円 ※特別展は別料金
休館日：月曜日
（月曜日が祝休日の場合は開館、翌平日休館。3月25日は特別開館）
お問合せ：
050-5541-8600
（ハローダイヤル）

【転合庵】小堀遠州が桂宮智仁親王より賜った茶入「於大名」披露のため京都伏見に建築。

トーハクならではの贅沢なお花見を！

博物館でお花見を
3月12日（火）～4月7日（日）

春の恒例企画が今年も開催！本館では、桜をモチーフにしたさまざまな日本美術の名品を展示。ソメイヨシノ、エドヒガンザクラなど約10種類の桜が次々と開花する庭園では春を感じながらの散策が楽しめる。スペシャルバージョンのガイドツアー、スライドトークはじめ各種イベントも開催。

振袖 染分縮緬地枝垂桜菊短冊模様
ふりそで そめわけちりめんじしだれざくらきくたんざくもよう
江戸時代・18世紀　展示期間：3月12日（火）～4月21日（日）／本館10室
枝垂桜が肩にかかる模様を友禅染で表し、上下にわけるスタイルは江戸時代中期から後期にかけて流行した。

ライト、フライト

第17回

書き手
内田 紅甘

歩かない猫

わが家の愛猫トンは、さんぽが好きだ。ナァナァと窓辺で鳴いてせがむから、私は彼のまっしろいからだにハーネスを着せて、家のまわりを歩かせてやる。さんぽ、といってもたいていは、ゆれる木々やら飛ぶカラス、風にかささと運ばれていく枯れ葉を眺めながら、ただぎゅっと身を固めているだけ。彼はペットショップ出身の温室育ちの猫なので、外のちょっとしたことでもビビり散らかし、いつも私に八つ当たりする。もう帰ろうか、と抱き上げるときも毎回怒りのうなり声を上げるけれど、そのわりにおとなしく家の中まで運ばれて、ハーネスを外すときにもうにゃうにゃ文句垂れながら、私のさんぽに付き合ってやったとでも言わんばかりにやれやれと腰を下ろして毛づくろいを始める。たいして歩きもせず、気晴らしどころかひどくストレスを受けるようだし、成果といえば庭に生えてる草を食うことくらい。それなのに、トンは何度でもさんぽに行きたがる。私が出かける準備をしていると小走りでつけ回してくるし、ねだる鳴き声は訴えに近く、相手にしなければカーテンを破く。仕方ないなぁと連れ出せば、やはり目を細めてうなっているだけ。なにがしたいんだこいつ、と、私はそのもっちりした背中を横目にスマホをいじる。

そんな彼のさんぽの時間、なんとなく思い出していた絵本があった。お気に入りの絵本だったが、タイトルが思い出せずにいたそれを、このまえ実家を片付けていて見つけた。白い手書き風の文字で『ぼくはぐっすり眠りたい。』と書かれた淡い黄色の表紙を見て、これだ！　とすぐにわかり、片付けをほっぽり出してページをめくった。

主人公はポグリという、カッパにツノが3本生えたみたいな、性別すら不明のなぞの生きもの。タイトルの通り、ポグリがぐっすり眠れ

る〝広くてあったかくてふかふかしたところ〟を探し求め、旅する話だ。ポグリはまず、毎晩すこしずつネジをゆるめて、自分のベビーベッドを破壊する。そうしてせまくてかたい最悪の寝床を脱出したのだが、その結果、両親であるパパンチとママンチのあいだで押しつぶされながら寝る羽目になり、嫌気がさして旅に出る。当時の私はさっそくここで衝撃を受けた。甘えたがりな子どもだった私には、両親のあいだで眠るなんてしあわせでしかなかったし、そんな夢の寝床を早々にうばった2歳ちがいの弟がいまいましくてしかたなかったのだ。けれどもポグリは、私の夢の寝床をベビーベッドよりもっとひどいと一蹴し、愛される子どもという立場になど目もくれず旅に出る。その姿はたいへん勇ましく、いまだにベビーベッドで寝ているにしては、あまりにも大人びている。

　ポグリの旅は無気力なものだ。

なんせ目的がぐっすり眠ることなのだし、ポグリは寝不足だから元気がない。しかしその低いテンションで、あんがい大冒険を展開する。ポグリは道ばたで寝ている猫に乗っかり、巨大ホットドッグのパンに挟まれ、ダイオウイカのぬるついたからだに巻かれ、ヒョウタンクジラの広大な背中に寝転んで、眠ろうとする。それらはことごとく失敗するが、クジラの潮でふきとばされたポグリは最後、雲の上という最高の寝床を見つける。

　そこは理想の場所だった。ふかふかしていてあったかく、どこまでもはてしなく広い。しかし、ポグリはそれでも眠れない。あかるいからかと思い、お日様からのびているひもをひっぱって夜にしようとするが、あと少しでひもに手が届くところでポグリは雲から落っこちる。落ちた先はポグリの家の庭で、パパンチが直していたベビーベッドの上だった。

こうしてポグリは、ベビーベッドを壊すところからやり直しになる。ぐっすり眠るのも楽じゃない、と言いながら、両親の寝ているあいだにせっせとベビーベッドのネジをゆるめているところでおわる。その懲りてなさも、衝撃だった。私はどうしても、雲から落っこちて肝が冷えたあと、パパンチとママンチのもとへ戻ってこられたその瞬間、ほっと安堵してしまうのに、ポグリはそうじゃない。彼はぐっすり眠りたいのだ。だから寝心地の悪いところに戻ってきてもうれしくないし、親の愛とか心配なんかどうだっていい、ただぐっすり眠りたいだけ。私はそんなポグリにまったく共感できなくて、だからこそ飽きずに何度も読んだのだろう。

　あらためて読んで、気になった部分がある。なぜポグリはベビーベッドを壊すのか。それがオチにつながることはわかっているが、ベビーベッドなど放っておいてさっさと旅に出ればいいのに。しかもポグリはまったく親を舐め切っている。「壊れちゃったからほかのところで眠るね」なんて偽装工作をしなくてもへいちゃらなはずだ。けれどもわざわざ夜な夜な地道にネジをゆるめて、壊してから旅に出かける。どうせ直されるとわかっているにもかかわらず。

　まさしく夢の寝床だった雲の上でも眠れなかったというのに、また旅に出るつもりでいるのもなぞだ。夜になればあるいは、と思っているのだろうか。それともこの世のどこかにもっといい寝床があると信じているのか。終始受動的なポグリにそんな活力があるとは、とても思えないけれど。

　もはや、ポグリの目的はぐっすり眠ることではない気がする。それは口実に過ぎなくて、ほんとうは旅をしたいだけだろう。けれどもたぶん、ポグリはあくまで受け身のままで、しぶしぶ旅に出たいのだ。ぐっすり眠るという最低限の目的だけを持って、まわりにどんどん流されて、自分探しというよりもはや、旅そのものを探すようなやり方で。

　トンもまさにそう。彼が求めるのは外に出ることそれだけであり、出てなにをするという目的はない。けれど、私のする旅も同じかもしれない。おいしいものを食べたいとか、自然を堪能したいとか、お店や神社をまわりたいとか、一応それらしい目的は用意するものの、ほんとうはただあたらしいものにふれたいだけだから。慣れ切った日常をとびだして、言葉にならない刺激を浴びて、はーやれやれと帰って眠る。この足で出向いていながらも、受け身のままの心で歩く。そんなふうにして私は、胸の内でいつまでも輝き続けるような、かけがえのない旅そのものを探している。

　読み返していてもうひとつ、おどろいたことがある。それは、猫

PROFILE

Guama Uchida

俳優、エッセイスト。母に漫画家の内田春菊、父に俳優の貴山侑哉を持ち、8 歳の頃から子役として映画などで活動する。出演作『すべての夜を思いだす』が、3月2日（土）より渋谷ユーロスペースほかにて全国順次公開予定。

LIGHT FLIGHT

→目次に戻る

に乗るおっかなびっくりした心や、ホットドッグの酵母の匂いとあたたかさ、ぬるつくイカのいやな冷たさに、ヒョウタンクジラのだだっ広い背中から見る景色、そして雲のふわふわな手触りと、まっさかさまに落ちていく内臓の浮く感覚が、まるで自分の体験みたいにからだに蘇ってきたことだ。どうやら幼い私もポグリと一緒に、たしかに旅に出ていたらしい。思えば読書も受け身の旅だ。そして、匂いや感触やおっかなびっくりした心も、なるほど旅の産物といえる。彼がちっともさんぽしなくても、ノラの鳴き声やカラスの羽ばたき、冷えた匂いの冬の風、枯れ葉におびえる心はそうか、まっしろい猫のちいさなからだの、旅の記憶になっているのか。

イラスト：ソレイユ・イグナチオ
編集：山下美咲

広告 Advertisement

OMOTENASHI Selection Presents

日本在住外国人有識者が選んだ おもてなし逸品8選

OMOTENASHI SELECTION

おもてなしセレクションは、日本の優れた“おもてなし心”あふれる商品・サービスを発掘し、世界に広めることを目的に、2015年に創設されたアワードです。日本在住外国人有識者に「“日本ならでは”の魅力にあふれている」と認められた対象を、おもてなしセレクション受賞商品・サービスとして認定しています。

セルプール
株式会社篠原化学／愛知県

マットレスを試して快適で気に入り、個人的に購入を検討しています。柔らかすぎず、適度な硬さ。高品質で価格も妥当で、コストパフォーマンスに優れていると思います。

マレーシア出身／貿易

ご購入はこちら
https://shinoharakagaku.com/cellpur/

あしふみ健幸ライフ
健幸ライフ株式会社／福岡県

オフィスワーカーへおすすめしたい。使用後にあしふみ効果の説得力を感じたので、軽度の脳梗塞で閉じこもり気味の知人にも勧めました。身体を動かす必要がある人達にも役立つと思います。

スウェーデン出身／webマガジンライター

ご購入はこちら
https://www.ashifumi.jp

青パパイヤ酵素
株式会社三旺インターナショナル／岐阜県

無添加でパパイヤの甘みを活かした味が素朴で、過去に試した他のサプリと異なり、包から直接口にいれても香りも楽しめ、飲みやすい商品でした。

オーストラリア出身／大学教授

ご購入はこちら
https://aopapa.jp

ソマチッド米「氣舞」
MUSUBIプロモーション合同会社／兵庫県

風味豊かでやわらかさを備える大粒のお米。そのもちもちとした美味しさは絶品。有機農法による栽培の強みがあり、品質は高く、通常のスーパーのお米とは明らかな差を感じました。

オランダ出身／大使館員

ご購入はこちら
https://www.musubi77.com/氣舞

「つきみちる」シリーズ
株式会社グリーンハート／山口県

女性の身体が経験するさまざまな変化にアプローチし、精神的・肉体的な健康をサポートしようという取り組みには本当に感激しました。

オランダ出身／大使館員

ご購入はこちら
https://tsukimichiru.shopselect.net

サウナでの乾燥やトラブルを防ぎ、ジムや自転車通勤者向けにも有効だと思います。また、肌ケアやシミ、肌荒れ、背中ニキビのケアにも効果的なので女性にも嬉しいと思います。

スウェーデン出身／webマガジンライター

ご購入はこちら
https://www.npods.co/saunality

saunality
nature pods（株式会社ソルテラス）／神奈川県

tamaki niime「roots shawl」
有限会社玉木新雌／兵庫県

鮮やかで合わせやすいショール。気持ちの良い肌触りで水洗いが可能で手入れが簡単。一点物の異なる配色や柄にこだわり、長寿命な上質商品。大量消費解決への取り組みも魅力的。

アメリカ出身／貿易

ご購入はこちら
https://www.niime.jp

「捺染（なっせん）」という染色技法で染めており、色あざやかな発色が特徴の絵てぬぐいは、芸術性もとても高く、美しいデザインです。3000を超える種類があるというのも驚きです。

イギリス出身／クリエイティブディレクター

ご購入はこちら
https://www.hamamo.net
/shopbrand/item_etenu/

濱文様 絵てぬぐい
株式会社ケイス／神奈川県

広告に関するお問い合わせ：おもてなしセレクション事務局　URL https://omotenashinippon.jp/selection/contact/

郵便飛行

Yubinhiko

広大な景観が圧巻 親子の会話が弾む

白井 友美子

一度北海道に行ってみたい、と子どもたちから長年言われていました。なかなか機会がなかったのですが、ついに先日家族5人で行くことができました。子どもたちが行きたい場所は、理科の教科書に載っていた昭和新山と中島がぽっかり浮く洞爺湖です。

当日は霧がうっすらかかっていたのですが幻想的で広大な景観は圧巻でした。雪がたくさん積もっていたので夫と息子は汗だくになるまで雪遊びもしました。思春期で話さなくなってきた子どもたちと三日間しっかり向き合えた時間になりました。飛行機に乗って異空間へ！ 楽しかったね、また行こうね、と親子の会話が弾んでいます。

海外で3ヶ月ステイ 夢の続きをまた見たい

隅田 忠志

夫婦揃って退職後、夢だった「マレーシアで暮らすように旅する」3ヶ月ステイを昨秋決行しました。現地の人との触れ合いをモットーに、文化・習慣・宗教・環境の違いに戸惑いつつ貴重な経験を得ることができました。一方、外から眺めて知る日本の素晴らしさも改めて認識した次第です。

帰国の途、CAさんにたまたまお声掛けしていただいた折、我々の体験談など楽しくお話しする機会がありました。最後に素敵なお手製の搭乗証明書を頂戴しこれぞ日本のおもてなしに感動、楽しい旅の締めくくりとなりました。またいつか夢の続きを見に彼の国へ、ANAの翼に乗り。

沖縄へ親子旅行 飛行機が一番の思い出

内田 美香

冬に暖かい所へ行きたいという父の希望で親子で初めて沖縄旅行へ。私が子どもの頃は、父は多忙で自由に休みを取ることもできず、家族旅行といえば近場の温泉地でした。少しでも思い出になったらと思い、プレミアムクラスを予約し機内で食事。CAさんからは「親子で旅行なんて素敵ですね」と声を掛けられ、写真を撮ってもらい、温かいお手紙もいただき、父はとても満足している様子でした。

沖縄では、海辺でのんびりして、沖縄そば、ゴーヤチャンプル、アグー豚のとんかつ、ジーマーミ豆腐をいただきました。旅の最後に、父に何が一番美味しかったかと尋ねたところ「飛行機で食べたご飯」と言っていました。機内食、とても美味しかったです。飛行機が一番の思い出になりました。

お便り募集

郵便飛行では、皆様の旅の思い出をお待ちしています。原稿は250字程度、スナップ写真を添えて電子メールでお寄せください。お名前（フリガナ）、ご住所、電話番号の明記もお忘れなく。採用させていただいた方には、Amazonギフト券3,000円分をお贈りします。

3,000円分 プレゼント！

宛先

電子メール

ml_prj_tsubasayubinhiko@ana.co.jp

（件名に「郵便飛行お便り募集係」と明記してください）

※掲載者の発表につきましては本誌での発表をもってかえさせていただきます。
文字数が多い場合等は、掲載の際に編集する可能性があります。ご了承ください。掲載されたお便りは『翼の王国』朗読版でもご紹介させていただきます。
※主催：『翼の王国』編集部　※Amazon はAmazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

→目次に戻る

ANAグループ機内誌『翼の王国』アンケートご協力のお願い

ANAでは、今後のよりよい誌面づくりに向け、アンケートを実施しています。ご協力いただいた方の中から抽選でご当選された方に賞品をお送りします。QRコードよりアンケートフォームへお進みいただき、お答えください。10分ほどで完了する内容です。ぜひご協力をお願いします。

賞品　賞品の色はお選びいただけません。

A賞（4名様）

レッグコンフォート

旅先、移動中などで疲れた足を癒すリカバリーウェア
※サイズ（MかL）をお選びいただけます。

B賞（3名様）

絵ろうそく 四季の花

天然素材100%、四季の花々の絵を手描きした和ろうそく。6本入り

C賞（1名様）

畳ローファースリッパ

極柔レザーを使用したエシカル・サステナブルな極上のリラクシングシューズ。色：ダークブラウン、サイズ：26cm

応募締切：毎月月末

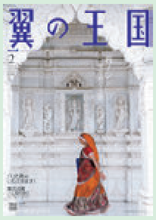
詳しくは
アンケートフォームをご覧ください。

当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。
アンケートでは、お名前・ご住所・電話番号をお伺いします。
ご応募はひと月あたりお一人様1回限りでお願いします。

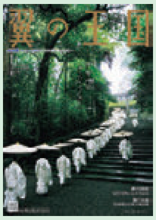
『翼の王国』バックナンバーのお知らせ

紙版（冊子）は、オンライン書店よりご購入いただけます。単品購読は1冊545円（消費税・送料込み）。定期購読は1年（12冊）5,995円（消費税・送料込み）。

購入ページはこちら

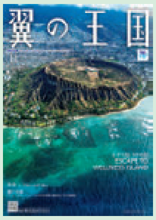


2024年2月号
海外特集／西インド
国内特集／八丈島



2024年1月号
海外特集／オーストラリア
国内特集／伊勢

2023年12月号
海外特集／エルニド
国内特集／北海道



2023年11月号
海外特集／
オアフ島、ラナイ島
国内特集／唐津

2023年10月号
海外特集／ニューヨーク
国内特集／熊本

2023年9月号
海外特集／メキシコ
国内特集／岡山

ニュース

羽田空港ANA国際線は第2・第3旅客ターミナルを使用しています

■羽田空港ANA運航の国際線出発便·使用ターミナル

出発ターミナル／路線	第2旅客ターミナル	第3旅客ターミナル
北米・太平洋路線	バンクーバー、ホノルル	ニューヨーク、ワシントンD.C.、ロサンゼルス、ヒューストン、シアトル、シカゴ、サンフランシスコ
ヨーロッパ路線	フランクフルト、ミュンヘン、ロンドン、パリ	ー
アジア・オセアニア路線	シンガポール、シドニー、台北（松山）、香港、上海（虹橋）、深セン	ホーチミンシティ、ジャカルタ、北京、ソウル、マニラ、バンコク、クアラルンプール、デリー、上海（浦東）

※他航空会社が運航する国際線およびコードシェア便は第3旅客ターミナルからの出発・到着となります。※対象期間は2023年10月29日（日）～2024年3月30日（土）ご搭乗分までとなります。※到着便のターミナルは出発便とは異なる場合があるため、ご自身でご確認ください。※ANA国内線の使用ターミナルに変更はありません。

ANAが運航する羽田空港発着の国際線は「第2旅客ターミナル」と「第3旅客ターミナル」の両方を使用しています。路線ごとにターミナルが異なるので、ご出発前にご利用便のターミナルをご確認のうえ、空港へお越しください。

ターミナルの確認方法

〈出発便〉eチケットお客様控えへの表示／ANAウェブサイト（予約確認・空席照会・運航状況の案内ページ）／ANAがお送りするメール／SMSおよびアプリプッシュ配信
〈到着便〉ANAウェブサイト（運航状況の案内ページ）

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

キャンペーン

マイル大感謝祭実施中！

マイルをおトクに交換や利用できる3つのキャンペーンを実施中です！　3月末にマイルの有効期限を迎える方もぜひ、この機会にマイルを無駄なく活用してみてはいかがですか？

キャンペーン内容

①ANA SKYコイン交換レートアップ
②「ANAトラベラーズホテル」「ANAワールドホテル」最大20%マイルバック
③「ANA Mall」「ANAショッピングA-style」「ANA セレクション」20%マイルバック

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

※掲載している情報は1月29日時点のものです

INFO 03

ニュース

バーチャル旅行を楽しんでマイルが貯まるアプリ『ANA GranWhale』

※ANAのマイル交換には、ANAマイレージクラブとの連携が必要となります。
※展開エリア：日本、台湾、香港、タイ、フィリピン、マレーシア
※対応OS：iOS / Android

『ANA GranWhale』は、バーチャル空間に様々な旅先を再現することで、より自由に、より快適に旅をお楽しみいただけるプラットフォームアプリです。V-TRIP（バーチャル旅行空間）およびSkyモール（ショッピング空間）のサービスで構成されています。また、『ANA GranWhale』のアプリ内で提供されているアイテム「グランチップ」を集めると、ANAのマイルに交換することができます。スマートフォンでワールドトラベラー（アバター）となって、ANAがオススメする旅先やショッピングをお楽しみください。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 04

ANA Pay／キャンペーン

【ANA Pay】マイルの有効期限が近付いている方必見！

ANA Payでお持ちのマイルが日常のお買い物に使えることをご存じですか？　ANA Payでは、1マイルからチャージでき、日常のお買い物に利用することができます。有効期限が近いマイルや少額のマイルをお持ちの方は、ANA Payへチャージしてご利用いただくのがオススメです。「もうすぐマイルが失効しそう」というお客様はぜひANA Payをご活用ください。ANA Payには【iD決済】【Visaのタッチ決済】【Smart Code™決済】【Visaのオンライン決済】などの決済手段があり、コンビニやカフェ、オンラインストアでお買い物をすることができます。現在キャンペーンも実施中です！　この機会にぜひANA Payを使ってみませんか？

※ANA Payのご利用にはANAマイレージクラブアプリのダウンロードが必要です。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ANA Pocket／ニュース

全ての移動がマイルになるモバイルアプリ 10倍マイルが貯まる有料プランを2ヶ月無料でお試し

飛行機・車・電車・徒歩 etc. どんな移動でもマイルが貯められるアプリ「ANA Pocket」をご存じですか？　既に130万人以上の方にご愛用いただいております！　アプリ内のガチャでANAマイルが当たる他にも、空港のANA FESTAで使えるクーポンがもらえたり、翼の王国の記事と連動した企画などおトクで楽しい企画が盛りだくさん。無料でもお使いいただけますが、有料のProプラン（月額550円・税込）なら約10倍多くマイルが貯まります。今なら、初回2ヶ月間無料でお試しいただけます！　ご搭乗やカード決済で貯まるマイルに加えて、毎日移動するだけでマイルが貯まるので、早く始めるほどおトクです。詳しくはホームページをチェック！

ANAマイレージ会員限定 Proプラン 2ヶ月無料キャンペーン

通常550円（税込）のANA Pocket Proメンバーの月額料金が、初回2ヶ月間無料になります。無料期間中はいつでもキャンセル可能です。

■**対象者：**ANAマイレージ会員かつ、初回お支払い時にプロモーションコードを入力されたANA Pocket Proメンバーの方

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 06

サービス

日本酒・焼酎セレクションをリニューアル

2024年3月より、ANA国内線機内（プレミアムクラス）、国際線機内（ファーストクラス・ビジネスクラス）、ANAラウンジ（ANA SUITE LOUNGE・ANA LOUNGE）においてご提供しております「和酒」（日本酒・焼酎）の銘柄をリニューアルいたします。ANAの日本酒アドバイザー・北原康行氏（「コンラッド東京」アシスタントF&Bマネージャー）のアドバイスをもとに実施した選定により、日本を代表する選りすぐりの「和酒」が揃いました。これまでご好評をいただいておりました銘柄に加え、トレンド感溢れる新たなラインアップが加わり、計64銘柄をお楽しみいただけます。ANAの機内並びにラウンジで、味わい豊かな様々な「和酒」を季節感溢れるお食事とともにご堪能ください。

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 07

ANA FESTA／ニュース

お土産の事前予約で時間を有効活用できる『店舗受取りサービス』が登場

『お届けサービス』は3月31日（日）まで送料500円キャンペーン実施中！

空港売店ANA FESTAでは、新千歳・羽田・福岡・那覇空港で便利な『店舗受取りサービス』をスタートしました。専用サイトで商品を事前予約して対象店舗で受け取れるので、空港や旅先での時間を有効活用できます。お支払いは予約時のオンライン決済でも、受取り時の店舗支払いでもご都合に合わせてお選びいただけます。事前にゆっくりと商品を選び、決済まで済ませておくと空港では受け取るだけ。店舗支払いも専用レジでスムーズです。さらに専用サイトでご購入いただいた商品を、国内のご希望の住所に配送する『お届けサービス』も開始しました。2024年3月31日まで送料500円キャンペーンを実施中！ 対象商品や空港も順次拡大予定です！ ぜひお試しください。

※ご購入いただける対象商品・個数には制限がございます。
※冷蔵・冷凍商品のお届けには別途クール代金がかかります。

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 08

ANAトラベラーズ／ニュース

ANA'Sバケーション 北海道・沖縄へ行こう！

春から夏の旅行はこれで決まり！ 「のんびり」「グルメ」「遊び満喫」3つのテーマで思いっきり楽しむプランをご用意しました。お客様の用途にあわせてダイナミックパッケージ（航空券＋宿泊）、ANAトラベラーズホテル（宿泊のみ）をご予約いただけます。ご家族やご友人とはもちろん、一人旅にもぜひご利用ください！

ANAインターコンチネンタル万座ビーチリゾート（外観イメージ）

▶ 詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

ANAトラベラーズ／ニュース

航空券＋宿泊 ANAトラベラーズで行く フランス パリ

航空券と宿泊を自由に組み合わせて、さらに現地でのオプショナルツアーもご予約いただけます。お客様ご自身で旅をアレンジして、ぜひパリへおでかけください。

ツアーのポイント

①ANA国際線は事前座席指定が可能！※
②フライトマイルに加え、ツアーマイルが貯まるのでおトク！
③全国各地からの国内線もツアーとあわせて予約が可能！

※事前に指定できる座席には制限があります。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 10

ANA Mall／ニュース

【ANA Mall】ゴルフ特集

ANA グループが運営するインターネットショッピングモール「ANA Mall（エイエヌエー モール）」では、有名ブランドのゴルフクラブやボールをはじめ、キャディバッグ、ラウンド用品などゴルフ関連のアイテムを特集でご紹介しています。ウエアや、日常使いもできるボストンバッグ、トートバッグも取り揃えており、おしゃれも楽しみたい人は必見です！　ゴルフの準備にぜひ、ANA Mallで必要なアイテムをチェックしてください。

※2024年1月29日（月）時点の情報です。掲載画像は商品の一例です。予告なく変更や売り切れとなる場合があります。
※ANA MallはANAカードマイルプラス対象サービスです。
※ANA Mallの利用登録には、ANAマイレージクラブへの登録が必要です。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 11

A-style／ニュース

対象サイト：ANAショッピング A-style
南国特有の環境で育まれた特産品をご紹介！ オンライン全国物産展 沖縄のグルメとお酒

ANAショッピング A-styleのオンライン全国物産展 沖縄のグルメとお酒では、色鮮やかな海に囲まれ、様々な国の影響を受けて育まれた沖縄県の特産品をご紹介しています。もとぶ牛や石垣牛をはじめ、旅行気分も楽しめる島野菜セットや泡盛など、沖縄県からお届けする美味しいグルメとお酒をぜひお楽しみください。

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

オンライン全国物産展
沖縄のグルメとお酒

INFO 12

ANAでんき／キャンペーン

【ANAでんき】 年間最大5,600マイルがもらえるチャンス！

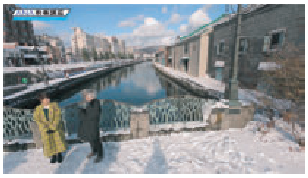
いつもの電気代でおトクにマイルを貯めませんか？　ANAでんきでは、毎月の電気代にかかわらず最大300マイルがもらえます。さらに今なら新規ご契約いただいたお客様に最大2,000マイルをプレゼント！　貯めたマイルで旅行やショッピングが楽しめます。ぜひこの機会にANAでんきにご契約ください！

■**キャンペーン期間：**
2024年2月1日(木)～4月30日(火)

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

キャンペーン

動画サービス「ANA教養講座」新作ぞくぞく配信中 キャンペーンで新作をおトクに視聴！



日本各地の歴史・文化・風土など、旅にまつわる教養に手軽に触れることができる「ANA教養講座」は2024年1月より新しくサービスがスタートしました。ANAの動画配信サービス「penguin」にて続々と新作を配信中です。新作が30%割引で視聴できるおトクなキャンペーンも実施中です。ぜひお試しください！

■リリース記念キャンペーン順次実施中：
第1弾：2024年1月19日(金)～2024年2月18日(日)終了済
第2弾：2024年2月19日(月)～2024年3月17日(日)対象：2月新作
第3弾：2024年3月18日(月)～2024年4月8日(月)対象：3月新作

■最新作(2月配信)：
▶神社仏閣だけじゃない！鎌倉近代建築をめぐる学びの旅
▶「日本初」の聖地、横浜
▶東京低山さんぽ

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 14

サービス

地球上のあらゆる文化を知る、たびがもっと面白くなる「ANA ART TRANSIT」

3月15日(金)～24日(日)の期間中、【TOKYO CREATIVE SALON 2024 羽田エリア】に参画しています。羽田空港を訪れる際にはぜひアート展示もお楽しみください。

※展示は変更になる場合がございます。詳細はTOKYO CREATIVE SALON 2024公式サイトをご確認ください。

世界各地で活躍するアーティストやプロジェクトを幅広く紹介し、地域・社会とアートを繋ぐアートに特化したポータルサイト【ANA ART TRANSIT】がオープンしました。国内外のアートプロジェクトや、今をときめく現代アーティストたちを幅広く紹介しています。サイト内の絵画やリトグラフ(版画)、デジタル作品(NFT)はご購入することもできますので、ぜひお気に入りを見つけてみてください。旅のプロフェッショナルであるANAグループが新たなインスピレーションに出会うきっかけをお届けします。

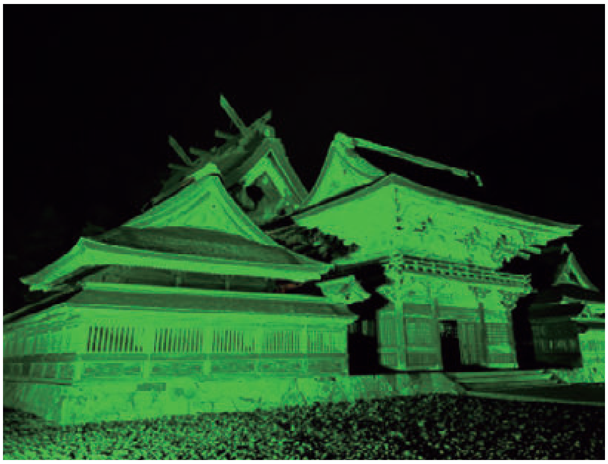
詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

目次に戻る

INFO 15

ニュース

世界緑内障週間「ライトアップ in グリーン運動」



島根県出雲市・出雲大社本殿（2023年3月撮影）

3月10日（日）～16日（土）は世界緑内障週間です。『日本緑内障学会』は、日本人の中途失明原因疾患の第1位である緑内障への関心喚起のため、全国のランドマークや有志の医療機関を期間中、緑内障のシンボルカラーであるグリーンでライトアップします。ANAグループは『日本緑内障学会』の疾患啓発運動に賛同し、緑内障についての理解促進を支援していきます。

ライトアップの一例
出雲大社本殿　3月16日（土）日没～2時間

詳しくはQRコードのウェブサイトでご覧ください。

INFO 16

お客様の声にこだわっています

2024年度ステイタスカード、スーパーフライヤーズラウンジカード発行分より、対象者全員へのプラスチックカード発行は終了し、ご希望の方のみに発行します

【お客様の声】
ANAプレミアムメンバーのステイタスカードについて、毎年プラスチックカードが郵送されてきますが、アプリのデジタルカードを使っています。
プラスチック利用削減の観点からも希望者のみへの配布にできませんか？

ANAではこれまでプレミアムステイタスを達成されたお客様、ANAスーパーフライヤーズ会員のお客様には、ステイタスカードもしくはスーパーフライヤーズラウンジカードを発行しておりましたが、環境負荷の軽減を目指し、2024年度よりプラスチックカードの発行はご希望の方のみとしました。引き続き「ANAマイレージクラブ アプリ」のデジタルカードもご利用ください。ANAは今後もお客様の声に寄り添い、「ANA Future Promise」を実現してまいります。

ご意見・ご要望デスク
0120-029-787
携帯電話をご利用の場合
0570-029-787（全国一律料金）

国際電話をご利用の場合など
03-6735-7922（有料）
受付時間 9:00～17:00（年中無休）

ANAのサービスについてのご意見・ご要望をお寄せください。
※機内にはご意見をご記入いただける用紙「お客様の声」を搭載しています。客室乗務員にお声をおかけください。

ご意見・ご要望

ご搭乗に際してのお願い

航空法に基づく保安検査の義務化について

凶器や危険物の航空機内への持ち込みは航空法により禁止されています。また、航空法改正に伴い2022年3月10日から、航空機搭乗前の保安検査の受検が義務化されます。 保安検査を受けずに保安検査場より先に進んだ場合、航空法違反となり、1年以下の懲役または50万円以下の罰金が科せられる場合があります。ご搭乗の際は、保安検査員や関係職員の指示に従い、保安検査を受検いただきますよう、お願い申し上げます。

機内安全のため、持ち込み手荷物削減にご協力をお願いいたします

機内持ち込み手荷物について
（お1人様1個まで）

機内で安全かつ快適にお過ごしいただくために、機内へ持ち込めるお手荷物は、身の回り品（ハンドバッグ、カメラ、傘など）のほか、下記の条件のお手荷物1個となります。なお、下記のサイズ以内のお手荷物の場合でも、客室内に収納できない場合にはお預かりの手荷物として貨物室に搭載させていただく場合がございますので、ご了承ください。下記サイズを超えるお手荷物（キャリーバッグ、ベビーカー、麻袋など）はお預けください。

※3辺の合計には付属品（ハンドル・車輪など）を含みます。

お持ち込みお手荷物のサイズ

	3辺の合計	H（高さ）	W（幅）	D（奥行）	重量
ANA（下記を除く） エア・ドゥ、ソラシド エア(SNA)、スターフライヤー	115cm 以内	55cm	40cm	25cm	10kg まで
ANA（機種Q4A） IBEXエアラインズ、オリエンタルエアブリッジ	100cm 以内	45cm	35cm	20cm	10kg まで

機内でのお願い

安全かつ快適にお過ごしいただくため、お手荷物は座席上の共用収納棚、または前の座席の下に収納してください。通路・非常口付近など、非常時に脱出の妨げになる場所へお手荷物を放置することは、法令で禁止されています。前に座席のない席（スクリーン前・隔壁前）は、足元にお手荷物は置けません。お客様の安全のため、収納状況が適切でない場合には客室乗務員が声をかけさせていただきますので、指示に従ってください。

● ギターなど楽器類

機内持ち込みサイズを超える楽器（ギターなど）は、あらかじめお客様にて梱包のうえ、カウンターにてお預けください。機内に持ち込む場合には、別途料金が必要となる場合がございますので、ご予約の際にお問い合わせください。国内線では、ギター、小型楽器（90㎝以内）、コントラバス専用の輸送ケースもご用意しております。詳しくは、予約センターまでお問い合わせください（ただし、使用状況によりご用意できない場合もあります）。

● キャリーバッグにご注意ください

機内の収納スペースには限りがあるため規定サイズ内でも持ち込みできない場合があります。

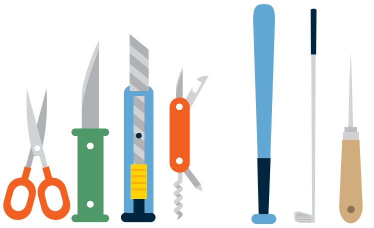
● ライターは1人1個まで

喫煙用のライターはお1人様1個に限り、持ち込みができます。オイルタンク式、葉巻用ライター、プリミキシングライター（ターボライター、ジェットライター、ブルーフレームライター等）、不測の作動防止機能のないリチウム電池で駆動するライターは持ち込みできません。ライターの置き忘れにご注意ください。

機内持ち込み制限品の取り扱いについて

ハサミ・ナイフ類、その他凶器となり得る物品をお持ちの場合は、手荷物カウンターでお預けいただくか、「放棄品箱」へ廃棄願います。保安検査強化にご理解とご協力をお願いいたします。また、引火性物質等の危険物は航空機内への持ち込み、およびお預かり手荷物としての取り扱いはできません。危険物を所持している場合は、出発保安検査場に設置されている「放棄品箱」に廃棄願います。

- 刃物類の機内への持ち込みは航空法違反となり、2年以下の懲役または100万円以下の罰金が科せられる場合があります。



ナイフ/ハサミ類　　先の尖った物/バット類

※モデルガン等の凶器類似品等も機内持ち込み禁止です。

国土交通省：航空機搭乗前の保安検査を受けるにあたっての注意事項について

詳細

【国際線】TOPICS

機内持ち込み手荷物の制限

❶ 1容器あたり100mℓを超える液体物・ジェル・エアゾール類を機内にお持ち込みいただくことはできません。

❷ 1容器あたり100mℓ以下の液体物・ジェル・エアゾール類は個数にかかわらず機内持ち込み可能です。ただし、保安検査および搭乗の際に1ℓ以下の再封可能なジッパー付保存袋1枚に入れ、機内持ち込み手荷物とは別に検査を受ける必要があります。容器の大きさが100mℓを超えるものは、中身の液体の量が100mℓ以下でも持ち込みは不可となります。

❸ 保安検査後の免税店等で購入した液体類は機内持ち込みが可能です。ただし、海外で乗り継ぎをする場合には、没収などの可能性がありますので、当該国のルールに従う必要があります。

※日本で乗り継ぎがある場合、機内で購入された免税品であっても上記❶❷のルールが適用となり100mℓ以上のものは没収となります。詳細はANA SKY WEBをご覧ください。

ライターの制限（海外空港発便）

中国（香港を除く）、インド、フィリピン、ミャンマーを出発する全便において、航空機へのマッチ・ライターの持ち込みは禁止されています。お預けになる手荷物の中に入れることも禁止されていますのでご注意ください。

お客様のご理解とご協力をお願いいたします。

ANAおからだの不自由な方の相談デスク

ANAおからだの不自由な方の相談デスクでは、病気やけが・障がいによりおからだの不自由なお客様に、安心して快適な空の旅をお楽しみいただけますよう、航空機のご利用に関するご相談やご希望を伺っております。

以下のお客様は必ず事前にお知らせください。

- ▶ 機内で医療用酸素ボンベや酸素濃縮器（POC）を使用されるお客様（医師の搭乗許可・診断書が必要です）
- ▶ その他の医療機器を使用されるお客様
- ▶ ストレッチャー（簡易ベッド）を使用されるお客様
- ▶ 保育器を使用されるお客様
- ▶ その他機内で特別な医療行為を必要とされるお客様
- ▶ お手伝いが必要な方が10名以上いらっしゃる団体のお客様

TEL 0120-029-377
0570-029-377（全国一律料金）
☎ 03-6741-8900
※携帯電話からはフリーダイヤルをご利用いただけません。
FAX 0120-029-366（年中無休 9：00～17：00）

ANAでは、耳や言葉が不自由で電話ができないお客様へ、TV電話での手話やチャットなどを使い、リアルタイムでANAオペレーターとやりとりができる「ANA専用代理電話サービス」をご提供しております。 詳細

機内で安全かつ快適にお過ごしいただくために

ご搭乗の皆様にご協力いただく事項がございます。

Tips for a Safe and Comfortable Flight

We ask for your cooperation on the following matters.

Consejos para un Vuelo Seguro y Cómodo

Le pedimos su cooperación en lo siguiente.

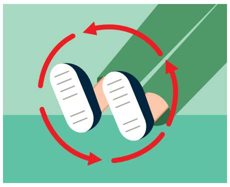
深部静脈血栓症 / 肺塞栓症（いわゆるエコノミークラス症候群）の予防
To Reduce the Risk of Deep Vein Thrombosis / Pulmonary Embolism (So-called Economy-class Syndrome)
Para Reducir el Riesgo de Trombosis Venosa Profunda o Embolia Pulmonar (el denominado Síndrome de la Clase Económica)

長時間同じ姿勢で座っていると、足の静脈にうっ滞が起こり、血のかたまり（深部静脈血栓）が生じることがあります。この血のかたまりの一部が血流に乗り、肺に流れて肺の血管を閉塞してしまうと（肺塞栓）、胸痛や息切れが起こり、最悪の場合には死に至ることもあります。深部静脈血栓症を予防するために適度の水分を摂り、アルコールは飲みすぎず、足の運動をこまめに行いましょう。

Sitting cramped for long periods may interfere with blood flow, and consequently, a blood clot develops in the deep leg veins (Deep Vein Thrombosis; DVT). A blood clot may travel to the blood vessel of the lungs causing a blockage. This is called a pulmonary embolism, which cause a chest pain, difficulty of breathing and may be fatal. In order to prevent DVT, drink sufficient water, moderate your intake of alcohol, and stretch your legs frequently.

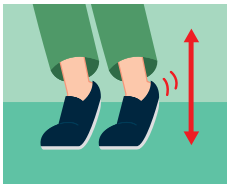
Sentarse en un espacio estrecho por largos periodos podría interferir con el flujo sanguíneo, ocasionando la formación de un coágulo sanguíneo en las venas profundas de las piernas (Trombosis Venosa Profunda; TVP). Un coágulo sanguíneo podría viajar hasta los vasos sanguíneos de los pulmones y causar una obstrucción. Esto se denomina embolia pulmonar, lo que causa dolor en el pecho y dificultad para respirar, pudiendo en algunos casos ser fatal. Con el fin de prevenir la TVP, tome suficiente agua, modere su consumo de alcohol, y estire las piernas con frecuencia.

1 足先を十分に伸ばしたり、曲げたりする。
Bend and flex your feet.
Doble y flexione sus pies.



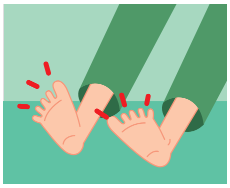
2 足全体をゆっくりと大きな円を描くように回す。
Move your feet in a slow circular motion.
Mueva sus pies lentamente describiendo un movimiento circular.

3 ふくらはぎ全体をこぶしでトントンと軽く叩く。
Use your fist to gently tap your calves.
Use su puño para golpear suavemente sus pantorrillas.



4 足を上下につま先立ちする。
Lift your ankles up and down, bending your feet at your toes.
Levante y baje sus tobillos, doblando sus pies a nivel de los dedos.

5 足の指でじゃんけんのグーをつくる。
Curl your toes.
Arquee sus dedos.



6 足の指でじゃんけんのパーをつくる。
Point your toes.
Extienda sus dedos.

幼児連れのお客様へ　For Passengers with Small Children

座席列の酸素マスクには個数制限があるため、複数の幼児は同じ座席列にご着席いただけません（座席を確保する場合を除く）。機内では座席の移動はお控えください。また、機内には飛行機特有の設備がございます。「ひじ掛け」や「収納式テーブル」などにお子様の指をはさまないようお気をつけください。

Due to the number of oxygen masks per seat row, more than one small child may not be seated in the same row (excluding seat reservation). Please refrain from changing your seats. Also, there is aircraft-specific equipment on board the plane. Please be careful not to let your children catch their fingers in places such as the armrest or retractable table.

ひじ掛け
Armrest

収納式テーブル
Table

座席ベルトの金具
Seatbelt Buckle

化粧室の扉・ゴミ箱のふた
Lavatory Door Trash Box Lid

その他のお願い　Other requests

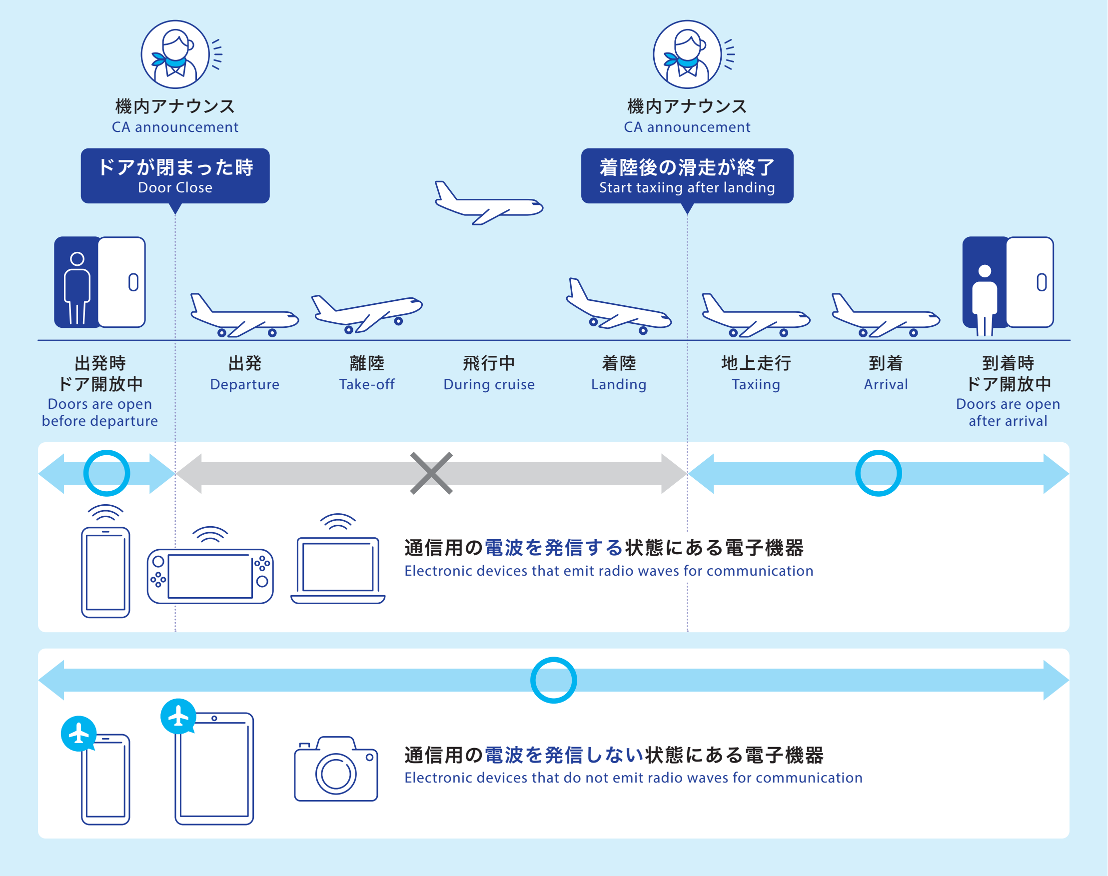
無断で他のお客様や社員を撮影・録音する行為は、周囲のお客様のご迷惑や安全・業務の妨げとなる場合がありますのでご遠慮ください。

ANA Group requests all passengers to refrain from photographing, shooting or recording other passengers and staff/crew without their consent, as it may cause inconvenience to other passengers or may interfere with safety/duties.

機内での電子機器の使用制限について
Restrictions on Use of Electronic Devices on Board

国土交通省が告示で「航空機の運航の安全に支障を及ぼすおそれのあるもの」について、以下のとおり定めています。出発時「飛行機のドアが閉まった時」から「着陸後の滑走が終了する時」まで、下記の電子機器の使用が制限されています。

The devices listed below have been stipulated by Japan's Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism (MLIT) as having the potential to affect the safety of flight operations as follows.
From when the doors are closed for departure until the aircraft starts taxiing after landing, use of electronic devices listed in below is restricted.



作動時に通信用の電波を発信する状態にある以下の電子機器はご使用になれません。(出力100ミリワット以下のものを除く)
機内モード等の電波を発信しない状態(設定)にするか、電源をお切りください。

(注)客室乗務員がアナウンスにてお知らせいたします。

航空機外の設備と無線通信を行う状態にある携帯電話(スマートフォン含む)、パーソナルコンピューター、携帯情報端末、電子ゲーム機、携帯型データ通信端末、トランシーバー、無線操縦玩具、ワイヤレスマイク

(注)機器同士のBluetooth接続(ワイヤレスヘッドホン、医療機器等)やWi-Fi接続(電子ゲーム機等)は常時ご使用になれます。

Electronic devices that emit radio waves, as follows, cannot be used. (This excludes any of the devices listed below that have an output power of 100 mW or less.)
Please set such devices to not emit radio waves or turn them off.

(Note) Cabin attendants will be making an announcement.

Cell phones (including Smartphones), Personal computers, Personal digital assistants, Electronic games and Mobile routers that communicate by radio waves to facilities outside the aircraft,Transceivers, Radio-controlled toys, Wireless microphones

(Note) Bluetooth connection between devices (such as wireless headphones and medical equipments) and Wi-Fi connection (for electronic games) can be used at any time.

作動時に通信用の電波を発信しない状態*にある電子機器については、
すべての飛行機において基本的に常時ご使用になれます。

携帯電話(スマートフォン含む)、パーソナルコンピューター、医療機器、DVDプレーヤー、デジタルカメラ、電子機器等

*通信用の電波を発信しない状態(設定)とは、電源をON(入)にしていても通話やメールの送受信、インターネット機能がOFF(切)になっている状態を指します。

Electronic devices that do not emit radio waves for communication* can generally be used at any time.

Examples: Cell phones (including Smartphones), Per-sonal computers, Medical equipments,DVD players, Digital cameras, e-book readers, etc.

*Means the sending/receiving of phones/mails and the internet function is set to OFF even when the power is turned ON. Cell phones functions should be set to "flight", "self", "radio wave off", "offline" or "personal" modes (names differ according to company).

● 携帯電話での通話は周囲のお客様のご迷惑になりますのでお控えください。

● 機長が安全運航に支障があると判断した場合、使用可能な時期であってもご使用をお控えいただく場合がございます。ご了承ください。

● 右ページ記載の出力100ミリワット以下の電子機器であっても、その電子機器の使用により他のお客様に不快感を与えたり、迷惑または危険を及ぼしたりするおそれがある場合はご使用をお控えいただきます。

● 記載のある電子機器以外でも別途当社の定めにより使用を制限している機器がありますので、電子機器の使用状況について客室乗務員が声をおかけする場合がございます。またペースメーカー等、医療機器をご使用のお客様が近くにいらっしゃる場合、電子機器のご使用をお控えいただくこともありますのでご協力をお願いいたします。

● 出発時の非常用設備に関するご案内（VTR上映／客室乗務員のデモンストレーション）にご注目ください。また安全に関する客室乗務員からのご案内にご注意ください。

● 緊急時脱出の妨げとなるような電子機器類は、前の座席の下または座席の上の物入れにご収納ください。また、電子機器が座席の間に挟まって破損する場合がありますので、保管にはご注意ください。

● 携帯電話（スマートフォン含む）、電子ゲーム、DVDプレーヤーなどをご使用の際は、周りのお客様へのご配慮をお願いいたします。

● Please be considerate of other passengers and refrain from making phone calls.

● The use of electronic devices may still be prohibited at any time for safety reasons if the pilot determines that their usage will interfere with flight operations. Your kind understanding will be appreciated.

● Even if your electronic devices listed on the page to the right and has an output power of 100 mW or less, you may beasked to refrain from using it if there is a risk that it will cause discomfortor inconvenience to or endanger other passengers.

● ANA may restrict the use of electronic devices other than those listed and cabin attendants may ask for your cooperation. If passengers using medical equipment such as pacemakers are seated nearby, you may be asked to refrain from using electronic devices.

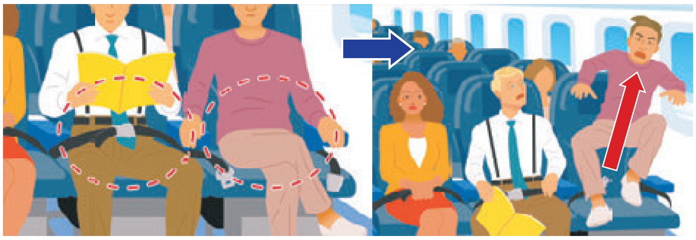
● Please be sure to check the safety information provided by the cabin attendants or the safety video. Also, please pay attention to other safety-related instructions by the cabin attendants.

● Please store your electronic devices under the seat in front of you or in the overhead compartment so that they will not obstruct evacuation in the event of an emergency. Please also take care not to damage your electronic devices by storing them (and getting them stuck) between the seats.

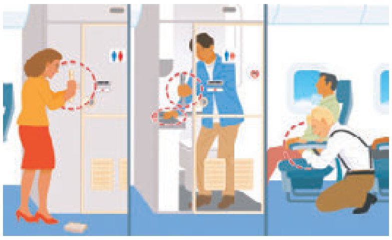
● Please use your cell phones, electronic games and DVD players, etc., with consideration for other passengers on board.

飛行中の揺れに備えて　Prepare for in-flight turbulence

飛行中は予測できない突然な揺れに遭遇することがあります。　During the flight, we may experience unexpected turbulence.



お座りの間は、
常にシートベルトを腰の低い位置で緩みのないようお締めください。
Please keep your seat belt fastened tight and low whenever you are seated.



揺れを感じた場合には、
すぐに手の届く場所におつかまりください。
In the event of sudden turbulence, hold on to something immediately.

機内の安全を阻害する行為について　Unruly Behaviors on Board　Comportamientos Indisciplinados a Bordo

航空機の安全を害する行為のほか、機内の人や財産に危害を及ぼす行為、機内の秩序を乱す行為、機内の規律に違反する行為は「航空法第73条の3」で禁じられています。特に国土交通省が定めた以下の行為については、機長の命令に背き行為を中止しなかった場合、50万円以下の罰金が科せられます。安全運航のためにご協力をお願いいたします。

● 乗降口または非常口の扉の開閉装置を操作すること

● 化粧室で喫煙すること（喫煙には、電子タバコや加熱式タバコ等、蒸気を発生させるものも含む）

● 乗務員の職務を妨害し、安全の保持等に支障を及ぼすおそれがある行為をすること

● 告示により禁止された電子機器を使用すること

● 指示に従わず座席ベルトを着用しないこと

● 離着陸時において、座席の背、テーブル、フットレスト（レッグレスト）を所定の位置に戻さないこと

● 非常脱出の妨げになる場所へ手荷物を放置すること

● 告示により定められた消火器、非常用警報装置、救命胴衣等を操作または移動すること

Acts jeopardizing the safety of the aircraft, harming the passengers or their properties on board, disrupting the order in the cabin, or disturbing the discipline in the cabin are prohibited by the "Civil Aeronautics Law of Japan, Article 73-3". For the following specific behaviors stipulated by the MLIT, if you do not stop such acts despite the Captain's order, you will be subject to a fine up to 500,000 JPY. We ask for your cooperation for a safe flight.

● Operating the handle or other mechanisms of a cabin door or an emergency exit

● Smoking in the lavatory. This includes the use of smoking devices that generate vaper.

● Interfering with crew duties, which may hinder the safety of the aircraft

● Using electronic devices prohibited by the MLIT ministerial notice

● Not following the instruction to fasten the seat belt

● Not returning the seat back, table, or footrest (legrest) to its original position during takeoff or landing

● Leaving baggage in a place hindering the emergency evacuation

● Using, operating, or moving of fire extinguishers, evacuation signal system, life vests, etc. stipulated in the MLIT ministerial notice

Las acciones que pongan en peligro la seguridad de la aeronave, inflijan daño a los pasajeros o a sus propiedades a bordo, alteren o perturben el orden en la cabina, o perturben la disciplina en la cabina, están prohibidas según el "Artículo 73-3 de la Ley de Aeronáutica Civil de Japón". En el caso específico de los siguientes comportamientos estipulados por el MLIT, si usted no se detiene a pesar de recibir la orden del capitán, estará sujeto a una multa de hasta 500,000 yenes. Le pedimos su cooperación para un vuelo seguro.

● Manipular la manija u otros mecanismos de una puerta de la cabina o de una salida de emergencia

● Fumar en los baños (incluyendo también los dispositivos para fumar y los productos que generan vapor)

● Interferir con las tareas de la tripulación, lo cual podría comprometer la seguridad de la aeronave

● Utilizar dispositivos electrónicos prohibidos por la notificación ministerial del MLIT

● No seguir la instrucción de abrochar el cinturón de seguridad

● No regresar el respaldo del asiento, la mesa o el reposapiés a su posición original durante el despegue o aterrizaje

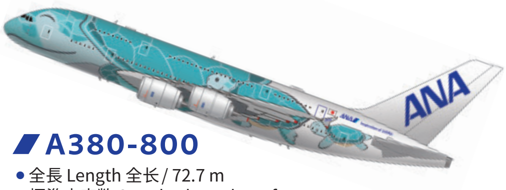
● Dejar su equipaje en un lugar que dificultaría la evacuación de emergencia

● Utilizar, manipular o mover de lugar los extintores, el sistema de señales de evacuación, los chalecos salvavidas, etc., estipulados en la notificación ministerial del MLIT

ANAグループ航空機のご案内

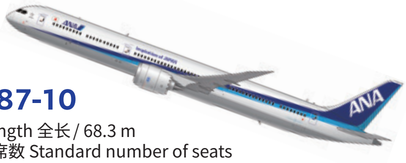
ANA 航空集团航班客机指南

ANA GROUP FLEET INFORMATION



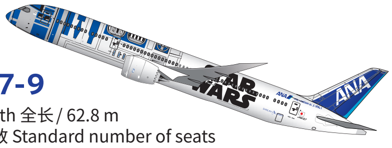
A380-800
- 全長 Length 全长 / 72.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 520

B777-300
- 全長 Length 全长 / 73.9 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 514 (-300 ER: 212; 250)



B787-10
- 全長 Length 全长 / 68.3 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 294

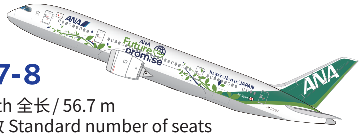
B777-200
- 全長 Length 全长 / 63.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 392; 405



B787-9
- 全長 Length 全长 / 62.8 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 /375; 395 (INT: 215; 246)

B777F / B767-300F·300BCF
- 貨物専用機 freighter 货运专机
- 全長 Length 全长 / 63.7 m (54.9m)

B767-300
- 全長 Length 全长 / 54.9 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 270 (INT: 202)



B787-8
- 全長 Length 全长 / 56.7 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 335 (INT: 169; 184; 240)

AIRBUS A321
- 全長 Length 全长 / 44.5 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 194

AIRBUS A320
- 全長 Length 全长 / 37.6 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / INT:146

B737-800
- 全長 Length 全长 / 39.5 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 166

BOMBARDIER DHC-8-400
- 全長 Length 全长 / 32.8 m
- 標準座席数 Standard number of seats
  标准座位数 / 74

国内線 シートマップ

国際線 シートマップ

ANAの航空機とシートマップを機種別にご覧いただけます。

空港ガイド 国内線

空港ガイド 国際線

就航都市に関する空港情報や基本情報をご案内いたします。

謎解き de 世界一周 解答ページ

まだ問題を解いていない人は、p.10、11を先にご覧ください。

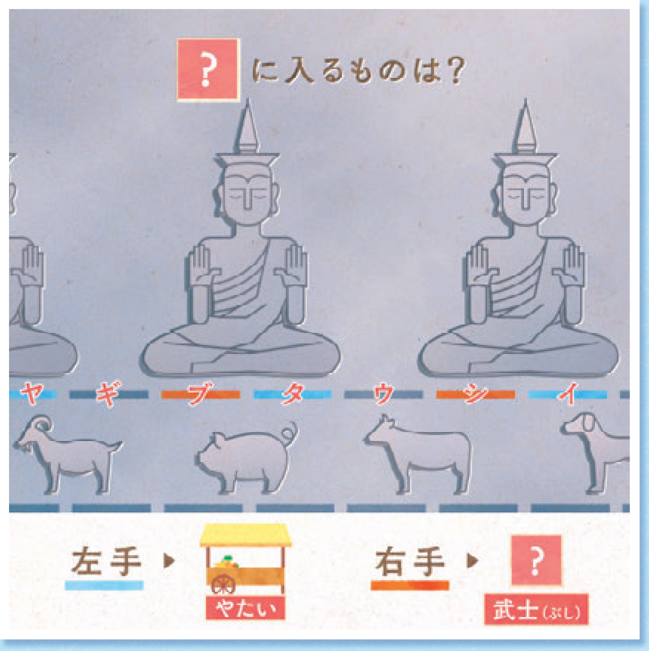
1問目 答え　カボチャ

解説「柿」と「新茶」の例を見ると、「カ」+「黄色」、「シ」「ン」+「茶色」というように、図形に書かれた文字のあとに、背景の色をつなげて読む法則だとわかる。ハテナの図形をよく見ると、左右にはみ出た部分から、茶色い背景に、茶色い円と茶色い菱形が載っていることに気づくはず。「カ」「ボ」+「茶色」で、正解は「カボチャ」だ。

豆知識

カボチャの原産国はラテンアメリカと言われているけれど、その日本語名の由来は「カンボジア」だという説があるんだ。16世紀、ポルトガル人たちがカンボジアから日本にカボチャを持ち込んだ際、ポルトガル語でカンボジアを意味する「Camboja（カンボージャ）」が訛(なま)って「カボチャ」になったんだって。

2問目 答え　武士



解説絵の下に描かれた動物の名前をカタカナで書いたときに、上の仏像の左手、右手それぞれの下にある文字を読んでいけばいい。右手の下には「ぶし」の2文字がある。正解は「武士」だ。

豆知識

江戸時代、日本人の間ではアンコールワットが仏教の聖地であるインドの祇(ぎ)園精舎(おんしょうじゃ)だと勘違いされていたんだって。1632年に、森本右近太夫一房(もりもとうこんだゆうかずふさ)という武士がアンコールワットを訪問し、仏像を4体奉納してその旨を柱に落書きしているんだ。

国内線機内販売は オンラインへ!

ANA STORE@SKY ご利用ガイド

ANA STORE@SKY User Guide

機内販売『ANA STORE@SKY』3つのメリット Benefits of ANA STORE@SKY

＼MERIT／ 1
マイルが
使える！貯まる！
Use your miles! Earn miles!

＼MERIT／ 2
ANAカード決済で
10%OFF!
10% off with ANA Card payment

＼MERIT／ 3
降機後2日間*1
お買い物が可能
Shop up to 2 days*1 after disembarking

機内でのアクセス方法 How to access ANA STORE@SKY on board your flight

使い方は簡単。ANA機内専用Wi-Fiへアクセスし、専用サイトを開くとお買い物が楽しめます。
事前にANAアプリのダウンロードがおすすめです*2。Recommend downloading the official ANA mobile app before boarding*2.

機内Wi-Fiにアクセスするために…

1 「機内モード」をON　ON

2 「Wi-Fi」をON　ON

3 ANA-WiFi-Service
ワイヤレスネットワークSSID「ANA-WiFi-Service」を選択

4 「WiFi 国内」をタップ
Tap on "WiFi DOM"

5 接続ボタンをタップ
Tap on the Connect button

6 Wi-Fi ポータルサイト「ANA STORE@SKY」をタップ
Tap on ANA STORE@SKY on the Wi-Fi portal site

ブラウザからご利用の場合
Accessing from a browser

「Wi-Fi（無線LAN）」をオンにし、ワイヤレスネットワークSSID「ANA-WiFi-Service」を選択し、接続。ブラウザを開くと自動的にANA Wi-Fi Serviceポータルサイトが表示されます。

Turn on your Wi-Fi (wireless LAN) and select the wireless network (SSID) "ANA-WiFi-Service" to connect. Open your browser and the ANA Wi-Fi Service portal site will open automatically.

※ 表示されない場合には、URL欄にwww.ana-inflight-wifi.comを入力するか、上記二次元コードを読み込み、アクセスしてください。左記URL、上記二次元コードは、機内Wi-Fiに接続した状態でないと当該ページへはアクセスできません。

※ If the site does not open, enter www.ana-inflight-wifi.com in the URL field or scan the 2D code above to access the site. The webpage cannot be accessed from the left URL or the 2D code above unless your device is connected to in-flight Wi-Fi.

降機後2日間、地上でのお買い物を可能にするには… To shop on land up to 2 days after disembarking…

サイトTOPページ上部にあるボタンから設定が必要です。
Requires setup by tapping on the upper button on the home page of the site.

2+ DAYS 降機後のご利用設定はこちらから ＞

最新情報はこちら▶

*1 機内で設定を行った場合。降機2日後の23：59まで。*1 If you completed the setup in-flight, you can shop until 11:59 p.m. of the second day after disembarking.
*2 搭乗前にANAアプリをダウンロード済みの場合、離陸の約5分後から着陸の約5分前までご利用いただけます。*2 The ANA app, if downloaded before boarding, can be used from about 5 minutes after takeoff until about 5 minutes before landing.
※ お届けは日本国内のみとさせていただきます。一部商品を除き別途送料がかかります。※ Delivery is only available within Japan. Some products have free delivery.
※ 機内でつながらなかった場合や、DHC8-Q400など一部の機内Wi-Fiインターネットサービスをご利用いただけない機材にご搭乗の場合は下記お客様サポートデスクまでお問い合わせください。お電話でのご注文は承っておりませんのでご了承ください。
※ 掲載商品の在庫数には限りがございますので、売り切れの際はご容赦ください。また、販売・お届け時期については記載のものから変更になる場合がございます。
※ 国際線機内販売とは商品ラインアップが異なります。

お問い合わせ先（A-styleお客様サポートデスク）：0120-257-150
受付時間：月～金 9:00～18:00　土･日･祝･12/30～12/31 9:00～17:00（年始1/1～1/3 休）　※ 左記営業時間は日本時間となります。

※ このサービスは無線LAN技術を使用しています。そのため公衆アクセスが可能な他の無線LANスポットの仕様と同様に、本サービスのアクセスには通信傍受や不正アクセスの可能性があります。本サービスの利用に際しては、お客様の責任において利用端末のファイアウォール、ウイルス対策ソフト等のセキュリティ対策を講じることを、強くお勧めします。
※ 画像はすべてイメージです。

国際線機内販売は パーソナルモニターから!

機内販売ご利用ガイド&商品ラインアップ

International Route In-Flight Shopping User Guide & Product Lineup

空の上の免税店! 国際線『ANA SKY SHOP』3つのメリット

A duty-free shop in the sky! Three merits of ANA SKY SHOP for international routes

MERIT 1
免税価格で買える
Shopping at duty-free prices

MERIT 2
ANAカード決済で 10%OFF!
10% off with ANA Card payment

MERIT 3
豊富な品ぞろえ
Wide selection of items

商品の詳細については、パーソナルモニターまたはANAアプリ内のデジタルブックをご覧ください。

Product details can be viewed on the personal monitor and the digital book available on the ANA app.

購入方法 How to Buy

購入はパーソナルモニターから!

Purchases can be made from your personal monitor!

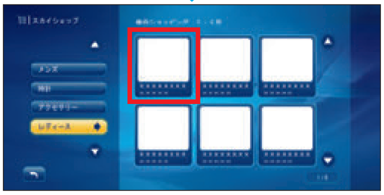
1 パーソナルモニターで「スカイショップ」または「ショッピング」をお選びください。

Please select "SKY SHOP" or "Shopping" on your personal monitor.

※ A320機、A380機、その他システム不具合時は、パーソナルモニターからのご注文ができません。ご注文の際はCA(客室乗務員)にお声がけください。
※ Orders cannot be placed from personal monitors on the A320/A380 aircraft and during system malfunction. Please ask a cabin attendant to place an order.
※ 画像はイメージです。 ※ Example only.

2 パーソナルモニターのタッチパネルから、ご希望の商品をお選びいただき、決まりましたらご注文にお進みください。

Use the personal monitor touch panel to select your desired product(s). Once you are done, proceed to the order process.



3 商品はCA(客室乗務員)がお座席までお持ちいたします*1。商品の代金をお支払いいただき*2、商品をお受け取りください。

A cabin attendant will bring the product(s) to your seat*1. Please pay for the product(s)*2 and collect them.

*1 お食事サービス中のご注文は、サービス終了後にお持ちいたします。
*1 Product(s) ordered during the meal service will be brought to you after the service.
*2 お支払いは、クレジットカード、ANAギフトカード/ANA旅行券/ANA「ダイヤモンドサービス」機内・空港お買い物クーポンのみご利用いただけます。現金、デビットカード、プリペイドカード、ANA発行のデジタルクーポン、キャッシュレス/バーコード決済でのお支払いはできません。(ANAマイレージクラブ Financial Pass Visaデビットカード、ANAマイレージクラブ/Sony Bank WALLET、ANAプリペイドカード含む)
*2 Only the following payment forms are accepted: credit cards, ANA gift cards/ANA travel vouchers/ANA Diamond Service In-flight/Airport shopping coupons. Payment cannot be made by cash, debit card, prepaid card, digital coupons issued by ANA, or cashless/barcode systems. (including the ANA Mileage Club Financial Pass Visa Debit Card, ANA Mileage Club / Sony Bank WALLET, and ANA Prepaid Card).

SAKURA Motif Goods

Featuring lovely flower designs and colors! Sakura motif items

可爱的花朵与色彩 极具魅力！ 樱花主题商品

富士山と桜が浮かぶ 日本感たっぷりのグラス

A Mt. Fuji and cherry blossom glass filled with the essence of Japan

富士山和樱花浮雕图案的
极具日本风情的玻璃杯

ANA
ANAオリジナル
冷感桜舞富士山
ロックグラス

ANA
ANA ORIGINAL COLD SAKURAMAI
FUJISAN ROCKS GLASS

ANA
ANA原创 冷感樱舞富士山威士忌杯

¥8,800

日本の美を感じる 人気の化粧筆セット

A popular makeup brush set embodying Japan’s aesthetics

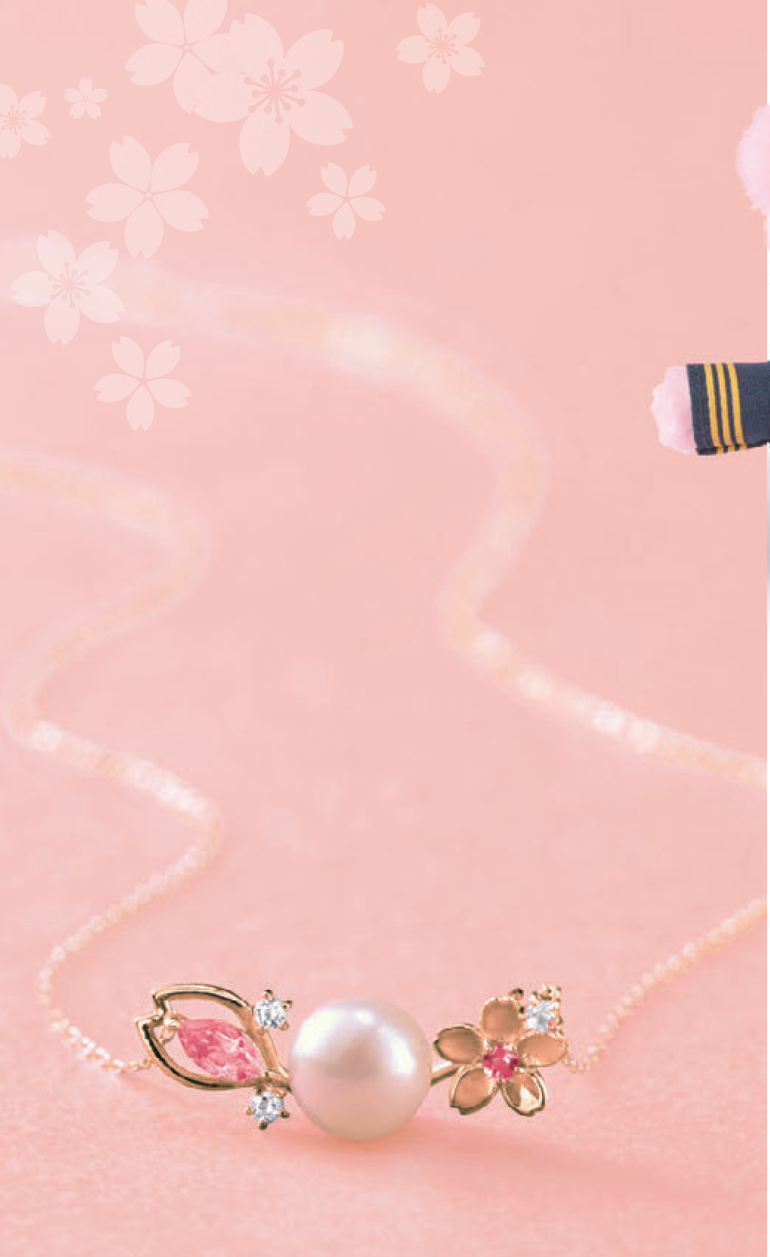
令人感受日本之美的
人气化妆刷套装

白鳳堂
桜～ SAKURA ～
化粧筆5本セット

HAKUHODO
SAKURA MAKE UP BRUSH
SET OF 5

白鳳堂
樱花～SAKURA～化妆刷5支套装

¥19,100



真珠と桜が織りなす
気品あふれる一品

An elegant piece adorned with
a pearl and cherry blossoms

珍珠与樱花搭配的
极具优雅感的吊坠

オッコ真珠
さくら あこや真珠 ペンダント

OKKO PEARL
SAKURA AKOYA PEARL PENDANT

OKKO珍珠
樱花 阿古屋珍珠吊坠

¥39,000

桜カラーが愛らしい
フライトベア

Adorable flight bears in
cherry blossom color

可爱的樱花色飞行小熊

ANA
〈ANAオリジナル〉
フライトベアマスコット(桜)

ANA <ANA ORIGINAL>
FLIGHT BEAR MASCOT (SAKURA)

ANA
〈ANA原创〉飞行小熊玩偶(樱花)

¥4,000

2024年3-4月
国際線 商品ラインアップ

March - April 2024 International Route Product Lineup

※ 国内線 機内販売の『ANA STORE@SKY』の商品ラインアップとは異なります。
※ The product lineup is different from that of ANA STORE@SKY in-flight shopping for domestic routes.

価格横のマーク ◆★ について　About the ◆★symbols next to the price

◆課税済みのため、免税品としての申告対象外です。日本入国の際は課税済み商品とお申し出ください。

This product has already been taxed, so it is not subject to declaration as a duty-free item. Upon entering Japan, please treat it as a previously taxed product.

★100mLを超えるため、乗り継ぎがある場合、乗り継ぎ便の機内へ持ち込むことはできません。

This product exceeds 100 ml, so it cannot be carried on board a connecting flight if making a transfer.

No. SL000
ANA
オリジナル ストール
ANA ORIGINAL STOLE
¥00,000◆★

ネクタイ　Neckties

No.SL507
フェラガモ
ネクタイ ブルー
FERRAGAMO
NECKTIE BLUE
¥25,000

No.SL508
フェラガモ
ネクタイ
ヴァイオレット
FERRAGAMO
NECKTIE VIOLET
¥25,000

No.SL501
ブルガリ
ダブル タイ
ネイビー
BVLGARI
DOUBLE TIE
NAVY
¥32,000

No.SL502
ブルガリ
ダブル タイ
イエロー
BVLGARI
DOUBLE TIE
YELLOW
¥32,000

ショール & ストール　Shawls & Stoles

No.SL505
フェラガモ
ショール ホワイト
FERRAGAMO
SHAWL WHITE
¥28,000

No.SL506
フェラガモ
ストール
FERRAGAMO
STOLE
¥38,000

No.SL001
ブルガリ
ライト ストール
BVLGARI
LIGHT STOLE
¥44,000

No.SL503
エトロ
デリー ショール
ETRO
DHELY SHAWL
¥36,000

No.SL504
フラトリエ
尾州織 モダールリネン
ストール
FOULATELIER
BISHU MODAL
LINEN STOLE
¥18,500◆

バッグ & 革小物　Bags & Leather accessories

No.SL002
フェラガモ
レディースウォレット ピンク
FERRAGAMO
LADIES' WALLET PINK
¥42,000

No.SL819
ラルコバレーノ
ANAオリジナル
2つ折りミニウォレット
キャメル×ブルー
L'ARCOBALENO
ANA ORIGINAL
BI-FOLD MINI WALLET
CAMEL×BLUE
¥25,000◆

No.SL823
ミロス
イタリアンレザー
ミニトートバッグ
MILOS
ITALIAN LEATHER
MINI TOTE BAG
¥27,000◆

No.SL833
トゥミ
ジャスト・イン・
ケース・バックパック
TUMI
JUST IN CASE®
BACKPACK
¥12,000

No.SL806
アロン
リボンバッグ
（ホワイトレザー&
グレーメッシュ）
ARRON RIBBON BAG
（WHITE LEATHER &
GRAY MESH）
¥21,000

No.SL820
ロンシャン
ル フローネ カードケース
LONGCHAMP
LE FOULONNÉ CARD HOLDER
¥12,900

No.SL834
トゥミ
アルファ エクスパンダブル・
カジュアル・デイ・トート
TUMI
ALPHA EXPANDABLE
CASUAL DAY TOTE
¥32,000

No.SL822
マンハッタンパッセージ
ANAオリジナル
ショルダーバッグ
MANHATTAN PASSAGE
ANA ORIGINAL
SHOULDER BAG
¥13,600◆

No.SL812
エディフィス
2WAY ウエストポーチ
ÉDIFICE
2WAY WAIST POUCH
¥14,000◆

バッグ ＆ 革小物　Bags & Leather accessories

No.SL807
アッソブ
トラベルポーチ
AS2OV
TRAVEL POUCH
¥8,000◆

No.SL813
エンポリオ アルマーニ
ベルト
EMPORIO ARMANI
BELT
¥18,000

No.SL808
ベルロイ
ハイド アンド シーク
BELLROY
HIDE & SEEK - BLACK – RFID
¥11,000

時計　Watches

No.SL102
ピエール・ラニエ
エオリア マザーオブ
パール フェイス
シルバー
PIERRE LANNIER
EOLIA MOTHER OF
PEARL DIAL
SILVER COLOR
¥23,000◆

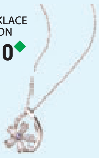
No.SL101
カーブホルツ
ハインリヒ
ウォールナット
スレート ブルー
KERBHOLZ
HEINRICH WALNUT
SLATE BLUE
¥25,000◆

アクセサリー　Accessories

No.SL202
フェラガモ
バレッタ
FERRAGAMO
BARRETTE
¥21,000

No.SL003
ミワ
SV アコヤパール
ペンダント
MIWA
SV AKOYA PEARL PENDANT
¥85,000◆

No.SL201
4℃
サクラネックレス復刻版
4℃
SAKURA NECKLACE
REPRODUCTION
¥18,000◆



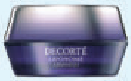
No.SL204
オッコ真珠
さくら あこや真珠 ペンダント
OKKO PEARL
SAKURA AKOYA PEARL
PENDANT
¥39,000◆

No.SL203
グロッセ
T.Flower ネックレス
GROSSÉ
T.FLOWER NECKLACE
¥18,000◆

化粧品　Cosmetics

No.SL410
コスメデコルテ
リポソーム
アドバンスト
リペアセラム
DECORTÉ
LIPOSOME ADVANCED
REPAIR SERUM TIME
RELEASED
MULTILAMELLAR
LIPOSOMES
¥18,000◆

No.SL409
コスメデコルテ
リポソーム アドバンスト
リペアクリーム
DECORTÉ
LIPOSOME ADVANCED
REPAIR CREAM
¥10,000◆



No.SL301
レルボラリオ
フォリエ ディ テ パフューム
L'ERBOLARIO
FOGLIE DI TE PERFUME
¥6,000◆

No.SL406
クレ・ド・ポー ボーテ
ル・セラム
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
THE SERUM
¥16,000◆

No.SL407
クレ・ド・ポー ボーテ
アルティメート デイリー
エマルションケア
トラベルセット N
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
ULTIMATE DAILY EMULSION CARE
TRAVEL SET
¥13,000◆

No.SL405
クレ・ド・ポー ボーテ
ヴォワールコレクチュール n
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
CORRECTING CREAM VEIL
¥6,500◆

No.SL408
クレ・ド・ポー ボーテ
クレームUV n
SPF50+・PA++++
CLÉ DE PEAU BEAUTÉ
UV PROTECTIVE
CREAM N
SPF50+・PA++++
¥10,000◆

No.SL414
イプサ
ザ・タイムR アクア JB
IPSA
THE TIME RESET AQUA
¥5,000◆★

No.SL427
SHISEIDO
アルティミューン™
パワライジング
コンセントレート Ⅲ
SHISEIDO
ULTIMUNE
POWER INFUSING
CONCENTRATE Ⅲ
¥17,600◆

No.SL404
クラランス
ダブル セーラム
EX 50mL
CLARINS
DOUBLE SERUM
50ml
¥12,100

No.SL403
クラランス
フィックス
メイクアップ P
CLARINS
PATISSERIE
COLLECTION
FIX MAKE-UP
¥3,600

No.SL402
バイオエフェクト
セラム
BIOEFFECT
EGF SERUM
¥15,000

No.SL428
SKIN1004
マダガスカル センテラ
エッセンス キット
SKIN1004
MADAGASCAR
CENTELLA ESSENCE KIT
¥4,500◆

No.SL411
エリザベス アーデン
ビジブルブライトニング スポット
コレクティングナイトカプセル
ELIZABETH ARDEN
VISIBLE BRIGHTENING SPOT
CORRECTING NIGHT CAPSULES
WITH ADVANCED
MIX CONCENTRATE™ Ⅱ
¥12,900

No.SL412
エリザベス アーデン
エイトアワー
リッププロテクタント
スティック トリオ
ELIZABETH ARDEN
EIGHT HOUR CREAM®
LIP PROTECTANT
STICK SPF 15 TRIO
¥4,900

No.SL419
カネボウ
コンフォート
ストレッチィ
ウォッシュ デュオ
KANEBO
COMFORT
STRETCHY
WASH DUO
¥9,000◆★

No.SL425
ポール ＆ ジョー
モイスチュアライジング
ファンデーション
プライマー デュオ
PAUL & JOE
MOISTURIZING FOUNDATION
PRIMER DUO
¥5,900

No.SL417
ジルスチュアート
ルージュ リップブロッサム
トリオ
JILL STUART
ROUGE LIP BLOSSOM TRIO
¥6,800◆

No.SL415
ジルスチュアート
ブルームクチュール アイズ
リミテッドエディション
JILL STUART
BLOOM COUTURE EYES
LIMITED EDITION
¥5,200◆

No.SL416
ジルスチュアート
ハンドクリーム セレクション
JILL STUART
HAND CREAM SELECTION
¥5,000◆

No.SL418
ジルスチュアート
アロマティックフラワー
ネイルオイル デュオ
JILL STUART
AROMATIC FLOWER
NAIL OIL DUO
¥3,500◆

No.SL422
ロクシタン
ハンドクリーム カルテット
L'OCCITANE
HAND CREAM QUARTET
¥5,100

No.SL421
ロクシタン
イモーテル オーバーナイト
リセットセラム
L'OCCITANE
IMMORTELLE
OVERNIGHT
RESET OIL-IN-SERUM
¥10,500

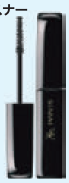
No.SL424
メルヴィータ
ビオオイル
アルガンオイル
MELVITA
ARGAN OIL
¥3,400

No.SL401
アディクション
ザ アイシャドウ アディクション
クォード パレット Ⅱ
ADDICTION
THE EYESHADOW ADDICTION
QUAD PALETTE Ⅱ
¥7,200◆

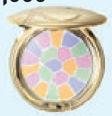
No.SL423
ルナソル
スキンモデリングアイズ 01
LUNASOL
SKIN MODELING EYES 01
¥4,500◆

化粧品 Cosmetics

No.SL426
SENSAI
ラッシュレングスナー
38℃
SENSAI
LASH LENGTHENER
38℃
¥4,000◆



No.SL413
エレガンス
ラ プードル オートニュアンス I
ELÉGANCE
LA POUDRE HAUTE NUANCE I
¥10,000◆



雑貨 Miscellaneous

No.SL811
ディアモロッコ
ANAオリジナル
バブーシュ（ラベンダー）
DEAR MOROCCO
ANA ORIGINAL
BABOUCHE（LAVENDER）
¥5,000◆

No.SL831
ソニー
ワイヤレスノイズキャンセリング
ステレオヘッドセット
Sony
WIRELESS NOISE CANCELING
STEREO HEADSET
¥38,000◆

No.SL832
ソースネクスト
ポケトークS
グローバル通信（2年付き）
ホワイト
SOURCENEXT
POCKETALK S WHITE
WITH 2-YEAR
GLOBAL
COMMUNICATION
¥29,800◆

No.SL829
ショットナビ
AIR EX ANAオリジナル
SHOT NAVI
AIR EX ANA ORIGINAL
¥24,300◆

No.SL827
ANA
ANAオリジナル
冷感桜舞富士山ロックグラス
ANA
ANA ORIGINAL COLD SAKURAMAI
FUJISAN ROCKS GLASS
¥8,800◆

No.SL816
ANA
〈ANAオリジナル〉
フライトベアマスコット（桜）
ANA
<ANA ORIGINAL> FLIGHT BEAR
MASCOT（SAKURA）
¥4,000◆

No.SL815
ファイヤーキング
スタッキングマグ
ANA HONU（ラニ）
FIRE-KING
STACKING MUG
ANA HONU（LANI）
¥5,400◆

No.SL801
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル
（1号機）
ANA
AIRBUS A380
FLYING
HONU MODEL
（UNIT 1）
¥4,500◆

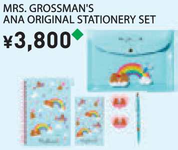
No.SL802
ANA
AIRBUS A380
FLYING HONUモデル
（2号機）
ANA
AIRBUS A380
FLYING
HONU MODEL
（UNIT 2）
¥4,500◆

No.SL828
サンリオキャラクターズ
ANAオリジナル
サンリオキャラクターズセット
SANRIO CHARACTERS ANA ORIGINAL
SANRIO CHARACTERS SET
¥3,500◆

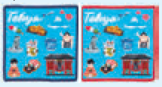
No.SL825
ポケモン
ANAオリジナル バスポンチョ
Pokémon ANA ORIGINAL
BATH PONCHO
¥4,400◆

©Pokémon/
Nintendo/CR/GF

No.SL824
ミセス・グロスマン
ANAオリジナル
ステーショナリーセット
MRS. GROSSMAN'S
ANA ORIGINAL STATIONERY SET
¥3,800◆



No.SL814
フェイラー
ANAオリジナル タオルセット
“Tokyo in the sky”
FEILER
ANA ORIGINAL TOWEL SET
“Tokyo in the sky”
¥4,200



No.SL818
白鳳堂
桜 ～ SAKURA ～
化粧筆5本セット
HAKUHODO
SAKURA MAKE UP BRUSH SET OF 5
¥19,100◆

No.SL821
メイソンピアソン
ポケットブリッスル
MASON PEARSON
POCKET BRISTLE
¥14,900◆

No.SL826
リファ
イオンケアブラシ
プレミアム
ReFa
ION CARE BRUSH
PREMIUM
¥7,800◆

No.SL830
シックスパッド
パワーガンポケット
SIXPAD
POWER GUN POCKET
¥12,500◆

食品 Foods

No.SL817
ジュゼッペ ジュスティ
バルサミコクリーム
ギフトセット
GIUSEPPE GIUSTI
BALSAMIC CREAM GIFT SET
¥3,800◆★

No.SL809
ボワシエ
マロンクリーム 3本セット
BOISSIER
CHESTNUT CREAM
TUBE ×3 ASSORTMENT
¥3,700

No.SL810
ダマンフレール
ヴェルサイユ ギフトセット
DAMMANN FRÈRES
gift set Versailles
¥3,100

酒 Liquor

No.SL601
バランタイン
17年
BALLANTINE'S
17 YEARS OLD
¥12,100★

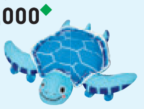
No.SL602
有限会社大山甚七商店
MIYAGAHAMA Sweet
OYAMA JINHICHI
SHOTEN, LTD.
MIYAGAHAMA SWEET
¥3,500◆★

No.SL603
深野酒造
球磨焼酎
刻の封印 原酒
FUKANO SYUZO
KUMA SHOCHU
TOKI NO FUIN GENSYU
¥3,300◆★

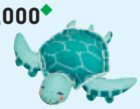
A380機 販売商品 Sold on A380

No.917
ANA
AIRBUS A380
FLYING
HONUモデル
（3号機）
ANA
AIRBUS A380
FLYING
HONU MODEL
（UNIT 3）
¥4,500◆

No.H803
ANA
HONU ぬいぐるみ
（ラニ）
ANA
HONU SOFT TOY
（LANI）
¥3,000◆



No.H804
ANA
HONU ぬいぐるみ
（カイ）
ANA
HONU SOFT TOY
（KAI）
¥3,000◆



No.H805
ANA
HONU ぬいぐるみ
（ラー）
ANA
HONU SOFT TOY
（LA）
¥3,000◆

※20歳未満の方の飲酒および20歳未満の方への酒類の販売は法律で禁止されております。
※The consumption of alcohol by persons under 20 years of age and the sale of alcoholic beverages to persons under 20 years of age are prohibited by law.

たばこ TOBACCO

たばこの販売を免税価格にて行っております。商品詳細に関しましては、パーソナルモニターからご確認ください。

20歳未満の方の喫煙は法律で禁止されております。20歳未満の方のたばこの購入は、お断りしております。
年齢確認をさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

Cigarettes are also available. Please check the product information on your personal monitor.

→目次に戻る

事前に予約＆機内で受け取り！
便利なプリオーダーサービス
The convenient Pre-Order Service has many merits!

詳細はここを
CHECK！

プリオーダーサービスって？　What is Pre-Order Service?

航空券をご予約・ご購入後、機内販売商品を事前に予約注文できる便利なサービスです。
日本時間のご搭乗3日前までご予約*1が可能です。

The Pre-Order Service is a convenient service. After reserving and purchasing your flight ticket, pre-order items sold on board before your flight.
Items may be pre-ordered up to 3 days before the date of departure Japan Standard Time*1.

＊1 日本時間のご搭乗の前月22日～3日前（日本時間午後11時59分お申し込み完了分まで）。
一部の海外発便では申し込み締め切りが一日早くなる場合がございます。

＊1 From the 22nd of the previous month to 3 days before the date of departure JST(for orders placed by 11:59 p.m. JST).
In some cases, the application deadline may be one day sooner for some flights departing from overseas.

MERIT 1 『ANA SKY SHOP』には掲載していない商品が満載！
It has many items not listed in ANA SKY SHOP!

MERIT 2 欲しい商品や人気商品をお取り置きできるので安心*2
You can have your desired item or a popular item set aside*2.

ご利用方法　How to order

1 プリオーダーサービス画面へアクセス

ANAアプリから

❶ANAアプリTOP画面より、事前予約ご希望のフライトをタップ。「ご搭乗のガイド」を開く。

From the ANA app's home screen, tap on the flight you wish to pre-order for. “Boarding Guide” will open.

❷「ご搭乗のガイド」下部「予約詳細・各種変更」をタップ。その後、画面に従って商品の予約を進める。

Tap on “Reservation Details and Changes” at the bottom of “Boarding Guide.” Follow the instructions on the screen to pre-order products.

※画像はANAアプリ画面イメージです。
※The images are illustrations of ANA app screens.

ANA WEBサイトから

①ANA WEBサイトより予約情報を入力し、予約確認画面を開く。

Enter your reservation information on the ANA website to open the reservation confirmation page.

②予約確認画面のサービスメニューより「機内免税品プリオーダーサービス」の「申し込む」をタップ。

From the service menu on the reservation confirmation page, tap on “Order” under “In-Flight Duty-Free Pre-Order Service.”

③フライト一覧のご希望のフライトから、その後、画面に従って商品の予約を進める。

Select the relevant flight from the list of flights, and follow the instructions on the page to pre-order products.

2 申し込み完了後、登録したメールアドレス宛に「受付完了」メールが届き、その後「お取り置き結果のご案内」メールにてお取り置き可否のお知らせ*2が届く。

After placing your order, an “Order Received” e-mail will be sent to your registered e-mail address, followed by “Your Order Status” e-mail to notify whether the item can be set aside*2.

3 ご搭乗後、CA（客室乗務員）にプリオーダーサービスにてご予約の旨を伝える。2のプリオーダー番号が記載された「お取り置き結果のご案内」メールを見せ、お支払い後に商品を受け取る。

After boarding, inform a cabin attendant that you have placed an order through the Pre-Order Service. Show “Your Order Status” e-mail with the pre-order number from 2 Pay and then receive your item.

*2 在庫状況によりお取り置きできない場合がございます。　*2 Please note that we may be unable to set aside an item depending on stock availability.

操作方法に関するお問い合わせは、ANA国際線予約・案内センターまで
［受付時間］午前8時～午後7時、午後10時～翌午前8時／年中無休
0570-029-333（全国一律料金）**03-6741-6685**（有料電話）

Operation inquiries: ANA International Flight Reservation and Information Center　[Hours] 8:00 a.m. - 7:00 p.m., 10:00 p.m. - 8:00 a.m. (following day) / 365 days/year　**+81-3-6741-6685** (pay call)

下記に掲載の番組は、座席に装備されたイヤホンジャック(1口タイプ)にイヤホンを差し込み、コントロールBOXでチャンネルを選択しお楽しみください。5〜11chはシートモニターでもご利用いただけます。

オーディオ番組

5ch〜8ch 40分
9ch〜10ch 50分
(ラジオ放送、11chをのぞく)

1 CH ラジオ放送【NHK第一放送】

※B737-800、B777-200、B777-300の一部機材でご利用いただけます。

5 CH JAPANESE MUSIC
King Gnu Special

パーソナリティ:田家秀樹

- 白日
- 飛行艇
- CHAMELEON
- 一途(ALBUM ver.)
- 逆夢
- SPECIALZ
- 三文小説(ALBUM ver.)

楽曲(全曲):King Gnu

6 CH JAPANESE MUSIC / POP/ROCK and more
Music Travel-70's & 80's

パーソナリティ:寺脇康文(俳優)

かもめが翔んだ日
渡辺真知子

Diamonds<ダイアモンド>
プリンセス プリンセス

チェッカーズ特集

ギザギザハートの子守唄
チェッカーズ

ジュリアに傷心
チェッカーズ

涙のリクエスト
チェッカーズ

想い出がいっぱい
H2O

アフリカ/Africa
TOTO

さよならの向う側
山口百恵

7 CH JAPANESE MUSIC
演歌・歌謡〜心のふるさと〜

パーソナリティ:小林奈々絵(フリーアナウンサー)

ありがとうの歌
水前寺清子

なんたって18歳!
岡崎友紀

時代遅れの恋人たち
中村雅俊

お世話になりました
井上順

伝わりますか
ちあきなおみ

今夜だけ
内田あかり

男の港
鳥羽一郎

演歌みち
松原のぶえ

夢芝居
梅沢富美男

酒よ
吉 幾三

8 CH RELAXATION and more
ヒーリングミュージック by Della

監修者:桃谷裕子　音楽:広橋真紀子

- 風にゆれて
- 旅立ちとはじまり
- 天使のハープ
- やさしい鼓動
- aqua
- 時に流れて
- 木陰の夢

9 CH CLASSICAL MUSIC
旅するクラシック

パーソナリティ:松尾依里佳(ヴァイオリニスト)

〈音のファンタジア〉

ショパン:幻想即興曲 嬰ハ短調 作品66
Chopin: Fantaisie-Impromptu in C-Sharp Minor, op.66
ルドルフ・ブッフビンダー(ピアノ)

ベートーヴェン:ピアノ・ソナタ第13番 変ホ長調 作品27の1《幻想曲風ソナタ》
第2楽章
Beethoven: Piano Sonata No.13 in E-Flat Major, op.27, No.1 "Quasi una fantasia"
2. Allegro molto e vivace
マリア・ジョアン・ピリス(ピアノ)

ヴォーン・ウィリアムズ:グリーンスリーヴスによる幻想曲
Vaughan Williams: Fantasia on Greensleeves
アカデミー・オブ・セント・マーティン・イン・ザ・フィールズ
サー・ネヴィル・マリナー(指揮)

ギボンズ:ファンタジア MB10
Gibbons: Fantasia, MB10
クリストファー・ホグウッド(オルガン)

シューマン:幻想曲 ハ長調 作品17
第1楽章 完全に幻想的、そして情熱的に演奏すること - 昔語りの調子で
Schumann: Fantasie in C Major, op.17
1. Durchaus phantastisch und leidenschaftlich vorzutragen - Im Legenden - Ton
内田光子(ピアノ)

J.S.バッハ:半音階的幻想曲とフーガ ニ短調 BWV903
J.S.Bach: Chromatic Fantasia and Fugue in D Minor, BWV903
アンドール・フォルデス(ピアノ)

聴き比べコーナー

シューベルト:《さすらい人幻想曲》ハ長調 作品15 D760
Schubert: Fantasy in C Major, op.15, D760, "Wanderer"
●マウリツィオ・ポリーニ(ピアノ)
●チョ・ソンジン(ピアノ)

〈UNIVERSAL MUSIC Recommends〉

サン=サーンス:組曲《動物の謝肉祭》
第7曲 水族館
Saint-Saëns: The Carnival of the Animals
7. Aquarium
ラン・ラン(ピアノ)、ジーナ・アリス(ピアノ)
アンドリス・ネルソンス(指揮)、他

監修:飯尾洋一　〈全曲 ユニバーサル ミュージック〉

10 CH JAPANESE TALK SHOW
全日空寄席

ご案内:内海英華、神田 紅

落語「ふぐ鍋」
桂 文華

落語「仏師屋盗人(ぶっしやぬすっと)」
笑福亭呂鶴

(ともに2023年11月12日 神奈川・横浜にぎわい座にて収録)

11 CH AUDIO BOOK
オーディオブック(翼の王国)

過去掲載した「翼の王国」を客室乗務員による朗読でお届けします。

※番組は予告なく変更させていただく場合がございます。※エンターテイメントプログラムは一部機材で放送がない場合がございます。
※一部機材では月初は前月の、月末は翌月のプログラムとなる場合がございます。※作品によっては、フライト時間内に視聴を終了できない可能性がございます。予めご了承ください。
※お客様ご自身のイヤホンをご利用いただけます。イヤホンをお持ちでない方は、客室乗務員にお申し付けください。
※9chの「旅するクラシック」は、楽曲の特性上ボリュームレベルの高低に幅がございます。また一部オリジナルマスターテープに起因するノイズ等がありますが、予めご了承ください。

下記に掲載の番組は、座席に装備されたイヤホンジャック(1口タイプ)にイヤホンを差し込み、
コントロールBOXでチャンネルを選択しお楽しみいただけます。

→目次に戻る

前方スクリーン番組

3 CH

音声は3チャンネルでお楽しみください。
Please select channel 4 for English when viewing programs. (Only available in Japanese on some aircraft.)

奇数便 上映番組
Odd-numbered flights Screened program

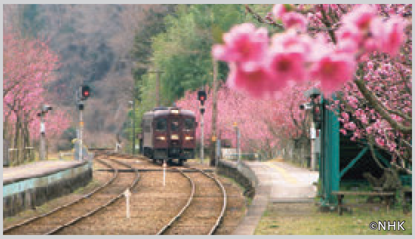
BLUE SKY NEWS #24

ANA公式YouTubeチャンネル「BLUE SKY NEWS」。今回は「【ANAそらぱす教室】空港が学校にやってくる!?」、「ANA CAがご紹介!大阪府泉南市の観光スポットを巡る旅」をご紹介します。

This time on "BLUE SKY NEWS", ANA's official YouTube Channel: "ANA Sorapass Class (Flight Support Class) heads to a school!?" and "ANA CAs present a trip through their recommended tourist spots in Sennan City, Osaka".

音声	日本語	AUDIO TRACKS	Japanese
字幕	日本語	SUBTITLES	Japanese

偶数便 上映番組
Even-numbered flights Screened program



Japan Seasonal Journey
日本の春を探す旅

Japan Seasonal Journey
A Journey in Search of Japanese Spring

桃や桜、そしてチューリップ。春を探しに列島各地を訪ね、季節の味覚とともに紹介します。

Peach blossoms, cherry blossoms, and tulips. Seeking spring throughout different parts of Japan and introducing seasonal flavors.

字幕	日本語、英語	SUBTITLES	Japanese, English

※番組は予告なく変更させていただく場合がございます。
※エンターテイメントプログラムは一部機材で放送がない場合がございます。　※お客様ご自身のイヤホンをご利用いただけます。イヤホンをお持ちでない方は、客室乗務員にお申し付けください。
※一部機材では月初は前月の、月末は翌月のプログラムとなる場合がございます。　※作品によっては、フライト時間内に視聴を終了できない可能性がございます。予めご了承ください。

【国内線/Domestic Flights】ANA Wi-Fi Service のご利用方法/How to use ANA Wi-Fi Service

- インターネット Internet
- 映画/ビデオ Movies and Videos
- ANA SKY LIVE TV
- 機内誌(翼の王国) In-Flight Magazine
- お買い物 Shopping

ANAアプリからご利用の場合
How to access from ANA App

ブラウザからご利用の場合
How to access from browser

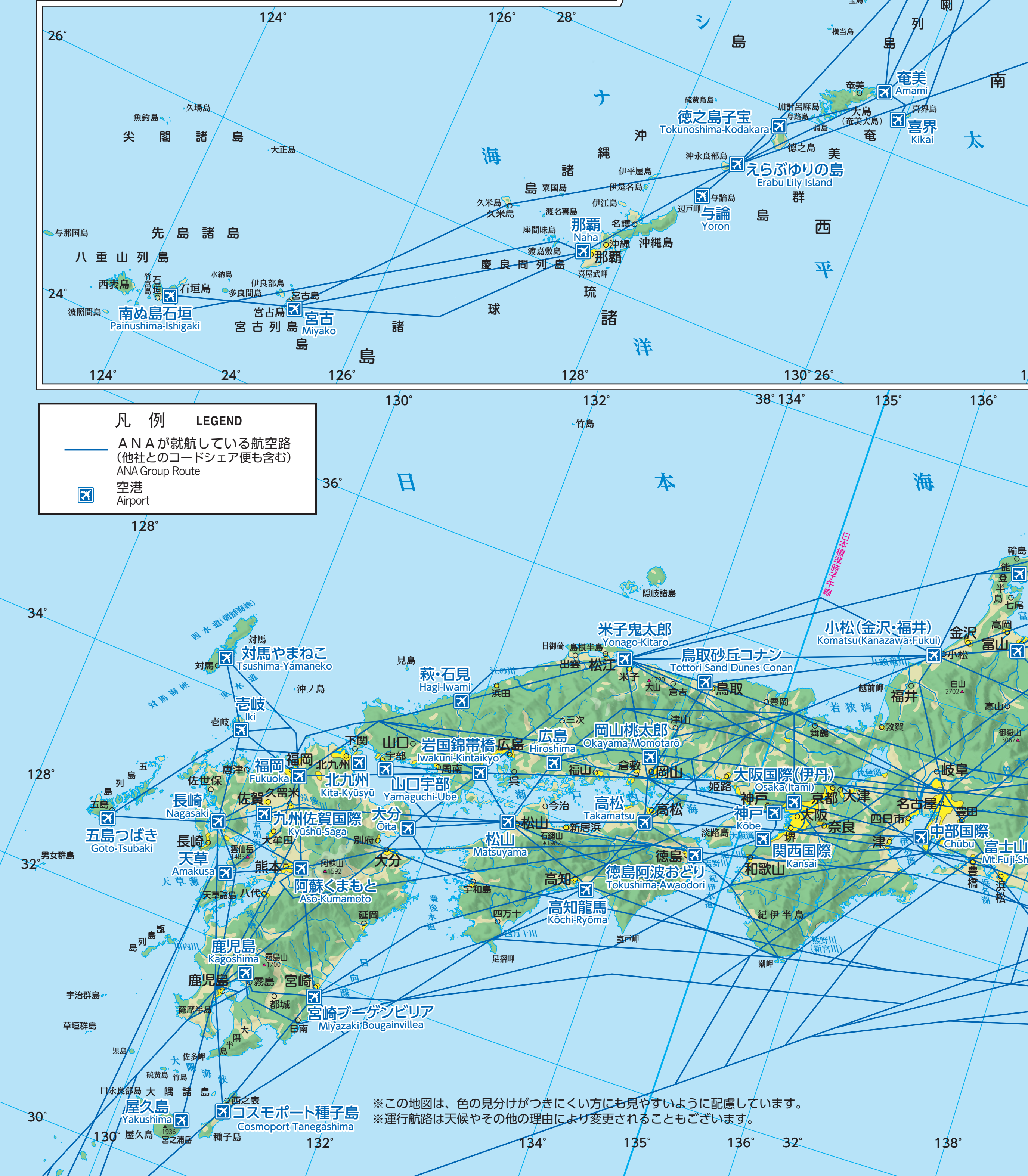
SSID「ANA-WiFi-Service」を選択後、QRコードを読み込むかURLを入力ください。
Scan QR code or enter the following URL in the address bar after selecting network "ANA-WiFi-Service"
URL: www.ana-inflight-wifi.com

オホーツク海
宗谷海峡
礼文島
野寒布岬
稚内
宗谷岬
利尻
Rishiri
稚内
Wakkanai
利尻島
天塩川
天売島
焼尻島
紋別
オホーツク紋別
Okhotsk-Monbetsu
サロマ湖
留萌
旭川
大雪山
2291
旭川
Asahikawa
網走
女満別
Memanbetsu
北見
屈斜路湖
積丹半島
石狩川
小樽
札幌
岩見沢
支笏湖
洞爺湖
千歳
新千歳（千歳）
New Chitose(Chitose)
苫小牧
帯広
奥尻島
渡島半島
内浦湾
（噴火湾）
室蘭
帯広
Obihiro
十勝川
釧路
たんちょう釧路
Tanchō-Kushiro
中標津
根室中標津
Nemuro-Nakashibetsu
歯舞群島
根室
知床岬
知床半島
根室海峡
国後島
函館
Hakodate
函館
津軽海峡
襟裳岬
下北半島
陸奥湾
青森
青森
Aomori
岩木山
1625
弘前
十和田湖
八戸
能代
大館
大館能代
Odate-Noshiro
男鹿半島
秋田
雄物川
田沢湖
2038
岩手山
盛岡
秋田
Akita
飛島
三陸海岸
宮古
鳥海山
2236
最上川
酒田
おいしい庄内
Oishii-Shōnai
鶴岡
釜石
粟島
気仙沼
月山
1984
舳倉島
佐渡島
信濃川
阿賀野川
新潟
新潟
Niigata
山形
蔵王山
1841
仙台
石巻
北上川
牡鹿半島
珠洲岬
のと里山
Noto-Satoyama
米沢
仙台
Sendai
阿武隈川
長岡
上越
磐梯山
1816
福島
会津若松
猪苗代湖
富山きときと（飛騨・高山）
Toyama-Kitokito(Hida-Takayama)
郡山
福島
Fukushima
3015
立山
長野
穂高岳
3190
上田
男体山
2486
いわき
乗鞍岳
3026
松本
浅間山
2568
赤城山
1828
宇都宮
前橋
諏訪湖
高崎
日立
八ケ岳
2899
荒川
水戸
北岳
3193
甲府
さいたま
土浦
飯田
天竜川
富士吉田
東京国際
（羽田）
Tokyo(Haneda)
3776
富士山
東京
成田
成田国際
Narita
利根川
銚子
犬吠埼
静岡
静岡
沼津
横浜
千葉
東京湾
小田原
相模湾
駿河湾
伊豆半島
房総半島
館山
御前崎
下田
大島
758
三原山
野島崎
利島
石廊崎
新島
式根島
神津島
三宅島
伊豆諸島
御蔵島
八丈島
八丈島
Hachijō-jima
太平洋
© 日本特殊地図編纂所
130°
132°
44°
30°
28°
26°
32°
大隅半島
薩摩半島
佐多岬
大隅海峡
黄島
竹島
大隅諸島
西之表
種子島
宮之浦岳
1936
屋久島
Yakushima
コスモポート種子島
Cosmoport Tanegashima
大東諸島
北大東島
南大東島
138°
140°
142°
144°
146°
46°
44°
42°
40°
38°
36°
34°
伊豆半島
三原山
758
大島
利島
石廊崎
三宅島
伊豆諸島
八丈島
八丈島
Hachijō-jima
鳥島
32°
30°
28°
小笠原諸島
聟島列島
父島列島
父島
母島
母島列島
西之島
火山列島
硫黄島
24°
知床岬
知床半島
根室海峡
国後島
択捉島
根室中標津
Nemuro-Nakashibetsu
根室
歯舞群島
色丹島
148°
154°
南鳥島
136°
沖ノ鳥島
20°
2023.1

ＡＮＡグループ国内線航路図

ANA GROUP DOMESTIC ROUTE MAP

時刻表は ANA ウェブサイトをご確認ください。



※この地図は、色の見分けがつきにくい方にも見やすいように配慮しています。
※運行航路は天候やその他の理由により変更されることもございます。

ARCTIC OCEAN
北極海
Queen Elizabeth Islands
GREENLAND
Wrangel I.
Victoria I.
U. S. A.
Arctic Circle
ALASKA
6190 Mt. Denali (McKinley)
KAMCHATKA
Whitehorse
Hudson Bay
ハドソン湾
Bering Sea
ベーリング海
Gulf of Alaska
アラスカ湾
Rocky Mountains
CANADA
Aleutian Is.
バンクーバー
VANCOUVER
Edmonton
Calgary
Regina
Winnipeg
シアトル
SEATTLE
Portland
Newfoundland
Montréal
Ottawa
Toronto
Milwaukee
Boston
UNITED STATES OF AMERICA
アメリカ合衆国
Detroit
NEW YORK ニューヨーク
Philadelphia
Salt Lake City
Denver
Kansas City
St. Louis
CHICAGO
シカゴ
サンフランシスコ
SAN FRANCISCO
Las Vegas
サンノゼ
SAN JOSE
Oklahoma City
WASHINGTON D.C.
ワシントン
Columbia
ATLANTIC OCEAN
大西洋
ロサンゼルス
LOS ANGELES
San Diego
Phoenix
Dallas
Atlanta
San Antonio
Jacksonville
HOUSTON
ヒューストン
New Orleans
Orlando
Midway Is.
International Date Line
Miami
BAHAMAS
U.S.A.
Hawaiian Is.
HONOLULU ホノルル
Monterrey
Gulf of Mexico
メキシコ湾
Tropic of Cancer
Guadalajara
MEXICO
CUBA
DOMINICAN REPUBLIC
メキシコシティ
MEXICO CITY
BELIZE
JAMAICA
HAITI
ST. CHRISTOPHER AND NEVIS
ANTIGUA AND BARBUDA
GUATEMALA
Guatemala City
HONDURAS
San Salvador
SAINT LUCIA
DOMINICA
MICRONESIA
PACIFIC OCEAN
太平洋
EL SALVADOR
NICARAGUA
ST. VINCENT AND THE GRENADINES
BARBADOS
GRENADA
TRINIDAD AND TOBAGO
MARSHALL IS.
COSTA RICA
PANAMA
VENEZUELA
Medellín
GUYANA
SURINAME
KIRIBATI
Bogotá
FR. GUIANA
NAURU
Equator
Galápagos Is.
COLOMBIA
Amazonアマゾン川
POLYNESIA
ECUADOR
MELANESIA
TUVALU
SOLOMON IS.
海
SAMOA
Lima
Andes
BRAZIL
PERU
FIJI
VANUATU
NIUE
TONGA
BOLIVIA
Tropic of Capricorn
São Paulo
Rio de Janeiro
PARAGUAY
COOK IS.
Easter I.
Mountains
CHILE
URUGUAY
Aconcagua
6959
Santiago
Buenos Aires
Rio de la Plata
ラプラタ川
Tasman Sea
タスマン海
Auckland
NEW ZEALAND
Wellington
Christchurch
Queenstown
ARGENTINA
Falkland Is.(Islas Malvinas)
Estr. de Magallanes
マゼラン海峡
C. Horn
Antarctic Circle
160° 180° 160° 140° 120° 100° 80° 60° 40°
80° 60° 40° 20° 0° 20° 40° 60° 80°
凡　例　LEGEND
ＡＮＡグループ便
ANA Group operated flight
ＡＮＡグループ便就航都市
Cities served by ANA Group operated flight
コードシェア便就航都市
Cities served by Codeshare flight

[→目次に戻る]

ＡＮＡグループ国際線航路図

ANA GROUP INTERNATIONAL ROUTE MAP

時刻表は ANA ウェブサイトをご確認ください。

※運航航路は天候やその他の理由により変更されることもございます。2022年8月15日時点での情報です。
Flight routes are subject to change due to weather conditions or other reasons. Information as of August 15, 2022.
※コードシェア便就航都市は2020年1月31日時点での情報です。
Information regarding the cities served by Codeshare flight is as of January 31, 2020.

© 日本特殊地図編纂所

2022.8

INFO 03

Service

Renewal of Sake and Shochu Selection

Starting March 2024, ANA will renew the Japanese sake (sake and shochu) selection offered on domestic flights (Premium Class), international flights (First Class and Business Class) and at ANA Lounges (ANA SUITE LOUNGE and ANA LOUNGE). Under the guidance of ANA's sake advisor, Mr. Yasuyuki Kitahara (Assistant Food & Beverage Manager at Conrad Tokyo), we will offer an even more delicious selection of the best Japanese sake. The new lineup will feature 64 different brands, including well-received, popular sake and shochu, and trendy new flavors. Please enjoy our selection of Japanese sake with seasonal meals on ANA flights and at ANA Lounges.

Scan the code to the right to learn more online.

INFO 04

We are committed to valuing customer feedback

Effective April 1, 2024, plastic cards will no longer be issued to ANA Premium Member status card and Super Flyers Lounge card holders, unless requested

Customer feedback

I receive my ANA Premium Member status card by post every year, but I am using the digital version of this card. To reduce plastic usage, can the cards be delivered only to members who request them?

ANA has been issuing status cards to members who have attained Premium status and Super Flyers Lounge cards to members of ANA Super Flyers, but with the goal of reducing its environmental footprint, plastic cards will only be issued to members who request them beginning April 1, 2024. Usage of the digital card on the ANA Mileage Club APP is available to applicable AMC members. Looking ahead, ANA will continue paying close attention to customer feedback while working to fulfill the ANA Future Promise.

Feedback and suggestions
0120-029-787 (toll-free in Japan)

From a mobile phone
0570-029-787 (same rate nationwide)

For international calls
03-6735-7922
(relevant charges apply)
Operation hours 9:00–17:00 (year round)

Please send us your comments and suggestions regarding ANA's services.

*Customer feedback forms are also available onboard our flights. Please inquire with one of our flight attendants.

Feedback and suggestions

ANA GROUP INFORMATION

INFO 01

News

Haneda Airport ANA international flights use Terminals 2 and 3

■Haneda Airport ANA-operated international departures and terminals

Departure Terminal / Routes	Terminal 2	Terminal 3
North America / Pacific	Vancouver, Honolulu	New York, Washington,D.C., Los Angeles, Houston, Seattle, Chicago, San Francisco
Europe	Frankfurt, Munich, London, Paris	—
Asia / Oceania	Singapore, Sydney, Taipei (Songshan), Hong Kong, Shanghai (Hongqiao), Shenzhen	Ho Chi Minh City, Jakarta, Beijing, Seoul, Manila, Bangkok, Kuala Lumpur, Delhi, Shanghai (Pudong)

International flights to and from Haneda Airport operated by ANA use both Terminal 2 and Terminal 3. Departure terminals vary by route, so please check the terminal for your flight before you come to the airport.

Checking your terminal

<Departures> Displayed on electronic ticket itinerary / receipt / ANA website (My bookings / Flight search / Flight Status Information) / email sent by ANA / SMS and app push delivery
<Arrivals> ANA website (Flight Status Information)

*International flights and code-share flights operated by other airlines will depart and arrive from Terminal 3. *The period is from Sunday, October 29, 2023 to Saturday, March 30, 2024. *The terminal for arrivals may be different from departures, so please double check all terminal information. *ANA domestic flights will not have any change in terminals.

Please see the ANA web site for connections.

INFO 02

ANA Mileage Club Members Only / News

ANA Domestic Flight Awards “Weekly TOKU-TABI Mile”

■Available routes:
Announced every Tuesday around 12:00 noon (JST)

■Reservation and ticketing period:
From every Wednesday at 12:00 AM to the following Tuesday at 11:59 PM(JST)

■Departure period:
Any date between Thursday and the following Wednesday

“Weekly TOKU-TABI Mile” is a service that allows you to use ANA domestic flight awards with fewer miles than usual. Choose your destination from a selection of eligible routes announced weekly. Reservations can be made up to one day prior to the flight date.

Scan the code to the right to learn more online.

※ Information is current as of January 29.

A New Ambitious Story
Wings Style
翼之流仪
Vol.18

聋人羽毛球是指患有听力障碍的运动员进行的羽毛球运动，如完全失聪或有一定程度听力障碍的选手均在此列。

伊东曾代表日本参加过多次国际赛事。他还参加过被称为“听力障碍者的奥运会”的聋人奥运会。之前他还在2022年巴西举行的上届比赛中，获得了混合团体赛的银牌。

“明年11月，聋人奥运会将在我的家乡东京举行，所以我想拿到更好的成绩。第一步是明年2月的全国选拔赛。为了届时能打出好成绩，我想从现在开始逐步提高斗志。”

初中时邂逅了羽毛球
拼命练习，但还是感到了极限

伊东于1998年出生于埼玉县一个双亲健全的家庭。据说，他从出生起就无法听到声音。

“年幼时，我曾经以为世界没有声音是理所当然的事。但是当我开始上幼儿园后，有时候老师叫大家过去，而我经常独自一人留在原地。于是我才意识到：唉，听不到声音真是太不方便了。”

伊东戴着助听器，就读于当地的公立小学和初中。

“即便戴了助听器，还是不可能具备跟常人一样的听觉，所以还是会感到不便。助听器特别怕水，在游泳池和浴室等地方就必须摘下助听器。在那种情况下，我真的听不到任何声音，在与他人沟通上遇到过很多困难。但在我的记忆里，从未因耳朵的问题而被朋友欺负或嘲笑。只不过有时会因为自己无法加入大家的交谈而略微感到寂寞。”

伊东升入初中并加入羽毛球部。

“其实，我的父亲从初中起直到参加工作，一直坚持打羽毛球。高中时，他曾经是强队的王牌选手，他们球队在东京都也属于一等一的强队。当我加入羽毛球社团时，父亲非常热心地指导我，在他的带动下，我对羽毛球运动也开始有了很高的积极性，并开始拼命训练。”

然而，听力障碍绝不是一个微小的障碍。初中时代，他虽然在区大赛中胜出，但再努力也只能进入更高一级的地区大赛。高中时的最高战绩也只是东京都大赛的前八名。

“即使我戴着助听器，有一侧的耳朵也听不见任何声音。羽毛球比赛需要球员在零点几秒内做出决定，哪怕只有一点点的听不到、搞不清状况，就会造成反应迟钝。我拼命练习，但要追上身体各方面正常的选手并取得胜利，这绝非易事。”

高三时，他已经做好思想准备，“应该不会再有机会站在比现在更大的舞台上了”，所以决定一旦高中毕业就放弃打羽毛球。然而此时，伊东收到了一份邀请。那就是“在没有声音的世界里打羽毛球”。

在没有声音信息的状态下
预测伙伴的举动

“在此之前，我并不知道有一项叫做聋人羽毛球的运动。所以我当时认为自己无法继续打下去了，只能退役。听到这个消息后我很兴奋，因为我想，在这个名叫聋人羽毛球的领域里，或许我可以攀登到更高处，说不定还能走向世界，找到自己发光的位置，这样想着，我心里充满了期待。我决心即使上了大学或进入职场，也会继续作为聋人羽毛球运动员好好打下去。”

聋人羽毛球运动的基本规则与羽毛球运动相同。单打和双打均使用与普通羽毛球比赛相同大小的场地，1个回合21分，先赢两局者即胜出比赛。但为了确保公平，选手被禁止佩戴助听器。运动员必须在听不见任何声音、无法借助听觉信息的状态下打比赛。

“在聋人羽毛球比赛中，完全都听不到通常比赛中此起彼伏的击球声和教练的声音。尤其是双打比赛，你根本听不见搭档的声音或脚步声，所以难度特别大。当你站在球场的前方，完全都无法感觉在你背后，搭档用多少力度击球，之后搭档又转移到了哪个位置。这简直让人感到恐惧。我在刚刚开始打聋人羽毛球时，还有过多次在比赛中与搭档发生身体碰撞的事态。”

不过，随着不断参加比赛并坚持训练，伊东说：“渐渐地，我开始抓到感觉了。”

(Top) With “Y. Ito Japan” printed on his uniform, Yuya moves gracefully on the court at the 6th World Deaf Badminton Championships held in Brazil in 2023. (Left) At the same competition, Yuya helped his team take second place in the Mixed Team event, and in men’s singles and mixed doubles, he advanced to the round of 16.

身穿留白染出“Y.ITO JAPAN”字样的球衣舞动于球场上（上图：2023 年在巴西举行的第 6 届世界聋人羽毛球锦标赛）。在该比赛中获得混合团体银牌、男子单打和混合双打前 16 名

“我开始能够读懂搭档的动作。我能够预测到这名搭档应该会在击球后朝这边移动，随即又跑去那边。在羽毛球比赛中，预测对方选手的动作当然是必要的策略，但在聋人羽毛球比赛中，你还必须预测搭档的动向，否则就不可能取得好成绩。预测出搭档的意图后，球员必须在一瞬间判断自己应该选择哪个位置才是最佳，并接着打下去。我觉得对观众而言，这其实也是聋人羽毛球的另一个精彩之处。”

发挥“预测未来的能力”
将其用到工作中

伊东于2021年4月入职全日空。

“我从小就喜欢飞机、火车和卡车等交通工具。而且，我在大学的专业是人文地理学，学习了交通系统，所以我希望在公共交通机构工作，于是报考了全日空公司。”

加入公司后，他在前面提到的“人财大学”负责录用。

“我跟报考公司的学生进行交流，还为报考者策划和运营活动。”

伊东说未来他想尝试一份工作。那就是……。

“我已经向今天跟我一起接受采访的上司吐露了心声，我想尝试去做收益管理部门的工作。因为想试试发挥自己预测未来的能力。”

收入管理部门的业务内容是通过妥善管理座位、控制票价来最大限度地提高旅客收益。这是一个负责价格设置的重要部门，从多个角度分析以往的业绩和市场趋势等，再来规划应该在哪条航线上、以怎样的票价分配多少座位。

伊东的上司即全日空人财大学的经理植野功一这样说道：“或许这个部门可以发挥作为一名运动员培养起来的普通人所不具备的创意、看待事物的方式等。”

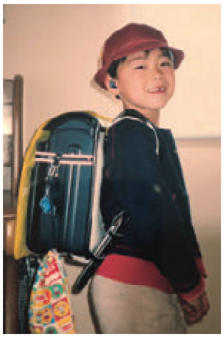
前年在巴西举行的夏季聋人奥运会上，由于新冠病毒的流行，比赛的举办受到了很多限制，但是代表日本队出场的伊东在男子双打及混和双打比赛中均晋级八强。并且还获得了混合团体的亚军。

“当我将银牌带回家时，我第一次得到父亲的夸奖，他说：你一路走来，真的很努力。此时此刻，我的心中百感交集，多年来，父母给了我源源不断的支持，为我支付球拍和羽毛球的费用，我才能走到今天，而我也终于能够报答父母的恩情，这就是那个瞬间我的想法。”

在即将到来的2025年，夏季聋人奥运会将在东京举行。

“越来越多的人已经开始了解聋人羽毛球运动，从世界范围来看，参加这项运动的人数也有所增加，竞争对手也越来越强。即便如此，我还是期待能看到家人及全日空的各位同事来到球场为我鼓劲……我希望能在大家的守护下夺取金牌。”

Photos by Makoto Kajiya; interviews and content by Takeshi Nakamoto 摄影：加治屋诚 采访 / 撰稿：仲本刚



Shown wearing a hearing aid while attending public elementary school (photo below), Yuya commented on the device: "Hearing aids can be somewhat limiting, but I always found a way. At the workplace, my coworkers are happy to help, and I enjoy my job."

戴着助听器就读于公立小学（下图）。"即使有些不便，但只要动动脑筋，也能克服困难。工作单位的同事们都乐意帮助我，我工作得非常愉快。"

the sport even while attending university, and after getting a job."

The rules of deaf badminton are essentially the same as regular badminton. Either singles or doubles play on the same court, and they must win two sets of 21 points to win the match. To keep the match fair, however, hearing aids are not allowed. The players must compete without any sounds or auditory context. Yuya described what this is like: "Players can't hear any of the sounds that are taken for granted in badminton, like the shuttlecock being hit or a coach's voice. Playing doubles is especially difficult because you cannot hear your partner's voice and footsteps. When I'm up front, I have no idea how hard my partner behind me hit their shot, and where they moved after that. This is slightly unsettling, as I'm sure you can imagine. When I first started playing deaf badminton, I often collided with my doubles partner."

As Yuya continued to compete and train, however, he gradually got a feel for the game, as he explained: "I've been learning how to read my partner's movements. After they make a shot, I anticipate which direction they will move, and where they will go after that. In badminton, reading your opponent's movements is a strategic part of the game, but in deaf badminton, you must also read your partner's movements. Otherwise, you won't manage to produce results. While reading my partner's movements, I have to immediately decide what position is best for me to take as the rally progresses. For spectators, I think this is a really interesting aspects of the game."

Making use of prediction abilities to contribute to success in the workplace

Yuya started working for ANA in April 2021. "Since I was a kid, I have loved airplanes, trains, trucks and all vehicles," he told us. "I studied transportation systems while majoring in human geography at university. For these reasons, I always wanted to work for a public transportation provider."

After joining the company, Yuya was assigned to handle recruitment for the aforementioned special human resources development program. He summarized his job: "I correspond with students who want to join the company, and plan and manage events for job candidates."

He also told us about his ideal job in the future: "I'd like to work in the revenue management department. I've already talked about this with my supervisor. I've developed a keen ability to predict future events and analyze underlying factors, and I want to make use of these skills."

The ANA revenue management department works to maximize passenger revenue by optimally allocating seats and controlling airline fares. This division conducts the important work of price setting by analyzing factors including past results and market trends, and decides on how flight routes and seat fares will be allocated.

Yuya's supervisor Koichi Ueno is also a manager in the special human resources development program. He joined our interview, and commented on Yuya's ambition: "Athletes develop ideas and perspectives that ordinary people don't always have, and the revenue management department could be a good fit for these skills."

Yuya represented Japan at the summer Deaflympics held in Brazil two years ago. Despite many restrictions due to the COVID-19 pandemic, he came in fifth place in both the men's doubles and mixed doubles events, and won a silver medal in the Mixed Team competition. He spoke of this achievement: "When I brought back the silver medal, my dad told me I had earned it. It was the first time he praised me for my playing, and I was overjoyed. My parents had always supported me and paid for my rackets, shuttlecocks and other expenses, so I felt like I was finally able to repay them in some way for everything they've done for me."

Before long, the summer Deaflympics will be held in Tokyo in 2025. Yuya told us about his aspiration: "A growing number of people know about deaf badminton and are competing around the world, so I think my opponents will be tougher than before. I can't wait to have my family and colleagues at ANA cheering me on, and I want to bring home the gold in front of them!"

"目前我最大的目标是明年在东京举行的聋人奥运会。大赛在当地举办，我希望能赢得金牌。"

一名身着球衣、手持球拍的男子眼睛闪闪发亮并告诉我们。

他就是全日空人力资源部的伊东雄哉。全日空于2007年设立了"全日空人财大学"，旨在对人才从入职到离职的持续培养。伊东目前就在人财大学工作。

"作为一名专家员工，我负责录用想来我们公司工作的残疾人。"

事实上，伊东本人也患有严重的残疾——双耳失聪。

"我的听觉障碍是最严重的2级。如果没有人工耳蜗这种助听器，就连飞机喷气发动机的声音我都听不见。"

虽然有残疾，但他作为全日空员工从事全职工作。另一方面，他还有另一付"面孔"，那就是"聋人羽毛球日本国家队队员"。

When we met with Yuya Ito of ANA's Human Resources Department, he was holding his badminton racket and wearing his national team uniform. His eyes lit up as he said, "The Deaflympics will be held in Tokyo next year, and my number-one goal is to take home the gold here in Japan."

ANA set up a special human resources development program in 2007 to provide training to employees from the time they enter the company through to retirement. Yuya is currently assigned to work for this program.

Describing his job, Yuya said, "I've been designated as an expert staff member responsible for recruiting people with disabilities who hope to join our company."

Yuya, himself, has a serious disability: total hearing loss in both ears. "I have the most severe level of hearing loss," he told us. "Without my hearing aid, I cannot even hear the noise of aircraft jet engines."

Despite his disability, Yuya works every day as a full-time employee at ANA. At the same time, he is a member of Japan's national deaf badminton team.

Deaf badminton is played by competitors who have a hearing impairment, from a certain degree of deafness to total hearing loss.

As a member of Japan's national team, Yuya has competed in many international tournaments and the Deaflympics, also know as the Olympic games for the hearing impaired. In 2022, Yuya won silver in the Mixed Team at the Deaflympics held in Brazil. He told us about his next goal: "Since the Deaflympics will be held here in Tokyo in November 2025, I hope to perform even better. The national team members will be chosen next February-March, and I am highly motivated to produce solid results."

Recognizing limitations despite training hard in junior high school badminton

Yuya Ito was born in 1998 in Saitama Prefecture. Neither of his parents had hearing loss, but he was born without the ability to hear from birth. He told us more: "As a child, I thought my world without sound was natural. But when I started kindergarten, I started to realize how my inability to hear things was disadvantageous. For example, when the teacher called on the students, I felt left out."

Yuya wore a hearing aid while attending the local public elementary and junior high schools. He told us about his experience: "Although I wore a hearing aid, it didn't allow me to hear like a person with normal hearing, so I still felt impaired. Hearing aids are particularly problematic in water, so I had to remove them in places like swimming pools and baths, where I couldn't hear anything at all, which made communication very hard. But I don't remember being bullied or teased by my friends about my hearing loss. Still, there were times when I felt a little lonely because I couldn't really join conversations."

Yuya talked about his experience joining badminton club after entering junior high school: "Actually, my father played badminton from his middle school days right through to when he started working. He was a top competitor in senior high school, placing very well in all-Tokyo events. So, when I joined my school's badminton club, my dad was very enthusiastic about coaching me. That motivated me to play badminton, and I worked really hard at it."

"After work, I start training on my own, or with players from my university, at the ANA badminton club from 7:00 PM. I also join training sessions at other clubs that are very competitive."

"下班后晚上 7 点开始训练。有时跟全日空羽毛球部一起，有时也跟大学同学单独训练。还会参加一些强队的训练。"

In junior high school, Yuya was successful in the local tournament but could not get to the next level in regional competition. In senior high school, he competed in the Tokyo metropolitan tournament but was knocked out of the quarter finals. His hearing impairment proved to be a significant disadvantage, as he explained: "Even with a hearing aid, I can only hear with one ear. Not being able to hear or perceive properly, however, can cause a delay in my movements, and we're forced to make split-second decisions during a match. I practiced as hard as I could, but beating good players wasn't easy."

Once he reached his final year of senior high school, Yuya decided that he would only compete until the end of the school year. "I didn't want to move into higher levels of competition," he recalled. At one point, however, he was invited to play competitive badminton – in a "world without sound."

Anticipating your partner's movements without any auditory context

The invitation was a turning point, as Yuya explained: "I never knew deaf badminton existed as a competitive sport. That's why I was ready to quit playing. But then, I started wondering whether I could keep improving and aim to play on the world stage by playing deaf badminton. I got really excited imagining how this could be a new chance to grow. As a deaf badminton player, I could continue playing

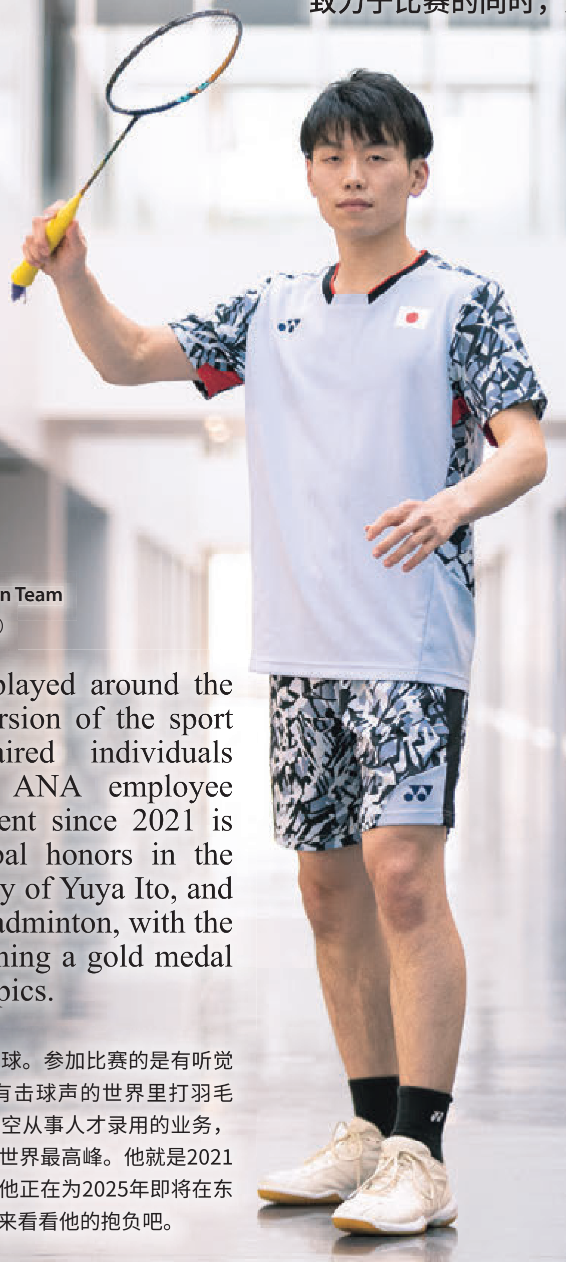
A New Ambitious Story
Wings Style
翼之流仪
Vol.18

"Badminton matches without any sound are dynamic. I'm aiming for a gold medal."

活跃在"没有声音的比赛"目标是金牌

A silver medal winner in the mixed team badminton competition at the 2022 Deaflympics is training for competition while working for ANA to recruit people with disabilities

2022 年聋人奥运会团体亚军
致力于比赛的同时，从事残疾人录用工作



Yuya Ito
Japan National Deaf Badminton Team
伊东勇哉（聋人羽毛球日本国家队队员）

Deaf badminton is played around the world as a silent version of the sport that hearing impaired individuals participate in. An ANA employee working in recruitment since 2021 is aiming for top global honors in the sport. This is the story of Yuya Ito, and his journey in deaf badminton, with the ultimate goal of winning a gold medal at the 2025 Deaflym pics.

有一种运动叫做聋人羽毛球。参加比赛的是有听觉障碍的人，又被称为"在没有击球声的世界里打羽毛球"。有一名员工，他在全日空从事人才录用的业务，同时努力想在这项比赛中登上世界最高峰。他就是2021年加入公司的伊东勇哉。目前他正在为2025年即将在东京举办的比赛加紧练习，一起来看看他的抱负吧。

In addition to its world-class collection of artworks and artifacts, the Tokyo National Museum is home to an expansive garden open year round. Located just north of the Museum's Japanese Gallery (Honkan), the garden features monuments and lanterns as well as five historic teahouses. The greenery is unique for its rare trees and wildflowers, which were planted by the flora- and- fauna department that existed during the Museum's early years. The garden is a lush oasis you can explore in the middle of Tokyo while making unexpected discoveries along the way.

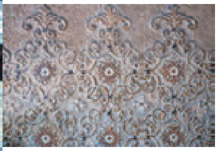
The Museum is also home to several buildings spanning diverse architectural styles. The Japanese Gallery (Honkan), with its ornately decorated interiors, was built in the eclectic Imperial Crown style, while the Hyokeikan building is an early 19th-century interpretation of the Baroque Revival style. Traditional Japanese architectural styles may be glimpsed in the Kuromon, a massive gate from the mansion of a samurai lord, and the Azekura Repository, a storehouse for Buddhist scriptures originally located in the ancient city of Nara.

东博的魅力不仅仅在于藏品的丰富与精彩。因其所在位置原属宽永寺界内，主馆北部还坐落着一座美丽的庭园。园内种植着各类罕见珍贵的花草树木，这是东博初创时期曾设的动植物研究部门“天产部”留下的痕迹，也是庭园特色所在。园内还分布着五座茶室、众多石碑和灯笼等，全年开放。在园中信步漫游，既可饱览丰富的自然风光，又能获得许多新的发现。此外，在东博馆区内还可欣赏到被评为重要文化财的各式风格的建筑，如内部的精美装饰同样不容错过的帝冠样式的主馆、明治时代的代表性西式建筑表庆馆、正门左侧的黑门、旧十轮院宝藏等。这也是一座使您在漫步其间的同时，还能一窥日本历史的主题公园。

Diverse Architectural Styles of Buildings Designated Important Cultural Properties

被定为重要文化财的建筑物有着多彩的建筑风格

Enjoy decorative flourishes and intricate details inside the building.



The ornate interior of the building deserves a close look. This lovely lounge on the first floor is adorned with Art Deco-style lights and arabesque flower-patterned wall tiles.

漫步馆内时，将目光投向内部装饰与细节处，也会获得别样的乐趣。

内部装饰也值得注目。一楼休息室内有着装饰派艺术风格的吊灯与宝相花纹样的墙砖，精美异常。

The Japanese Gallery (Honkan)
Opened in 1938, this gallery exemplifies the Imperial Crown Style of Japanese architecture. It was designed by the architect Watanabe Jin (1887–1973) and built by the former Ministry of the Imperial Household.

【主馆】1938 年建成开放。依据建筑师渡边仁的设计方案，由宫内厅内匠寮施工。被视为“帝冠样式”的代表建筑。

Opened in 1909, the Hyokeikan is a Baroque Revival building designed by the architect Katayama Tōkuma (1854–1917). A close look at the façade reveals images of musical instruments and other decorative details.

【表庆馆】1909 年建成开放。由建筑师片山东熊设计，是一座充满了建筑魅力的西式建筑。外墙上部的浮雕也值得注目。

The Black Gate (Kuromon) originally served as the entrance to a samurai mansion in old Tokyo. Transported to the Museum in 1954, this massive gate features an elaborately designed roof and two guardhouses.

【旧因州池田宅邸正门（黑门）】曾是鸟取藩池田家的江户宅邸的正门。左右两侧设有带唐破风式屋顶的卫兵室，规格极高。1954年移建于此。

【旧十轮院宝藏（校仓）】自奈良的十轮院移建而来。是镰仓时代的建筑，槛墙各面嵌有镌有十六善神的线刻像的石板。现位于法隆寺宝物馆一旁。

The Azekura Repository was transported to the Museum from Jūrin'in Temple in Nara. Built during the Kamakura period (1185–1333), the structure features relief sculptures of sixteen Buddhist deities. It is located next to the Gallery of Horyuji Treasures.

Tokyo National Museum
Address: 13-9 Ueno Park, Taito-ku, Tokyo
Opening hours: 9:30 AM – 5:00 PM (9:30 AM – 7:00 PM on Fridays and Saturdays) Last entry 30 minutes prior to closing
Please note that opening hours for special exhibitions may differ. Please check the museum website for details.
Admission fee: 1,000 yen for adults, 500 yen for university students. Kindly note that admission fees for special exhibits are separate.
Closed: Mondays (if Monday is a national holiday, the museum will be closed the following Tuesday)
TEL: 050-5541-8600 (information available in various languages through a third-party service provider)

东京国立博物馆　地址：东京都台东区上野公园13–9
开馆时间：9：30–17：00　※每星期五、星期六：9：30–19：00（入馆截止至闭馆前30分钟）※特展的开放时间请参见东博官方网站。
参观费：成人1000日元、大学生500日元
※特展另行收费　休馆日：星期一（如逢节假日则开馆，翌日闭馆。3月25日特别开馆）咨询：050–5541–8600（服务热线）

Written and edited by Motoko Saito　采访、编辑：齐藤素子

The Tokyo National Museum is to Tokyo what the Louvre is to Paris!

去巴黎，必到卢浮宫。来东京，必看东博！

vol.3

Diversity and globalization are perhaps taken for granted today, but in cross-cultural settings, we are often asked to examine our own cultural heritage. Art galleries and museums are great places to discover culture – aren't they the most commonly visited places when traveling for cultural understanding? In Japan, visitors can experience Japanese culture at one of the country's world-class museums, the Tokyo National Museum.

在多元化与国际化已成常态的当今，我们在国际社会中所需的是能正确把握并讲述自身的文化渊源。当您远赴海外时，是否会通过造访美术馆、博物馆来了解该国的文化呢？在东京，您可通过一所日本引以为傲的博物馆——东京国立博物馆（东博）来深入了解并体验日本文化。

Perfect for a Relaxing Walk, the Spacious Grounds of the Tokyo National Museum Offer Insights into Japanese History and Culture

东博是绝好的散步路线，一座能带您了解日本的主题公园。

Explore the Garden's Historic Teahouses and Monuments

在馆区的庭园内散步时，还能享受到漫游五座茶室及各处纪念碑、塔等所带来的乐趣。

The Tengoan teahouse was originally built in Kyoto by the samurai lord and tea master Kobori Enshū (1579–1647). He built the teahouse to display a priceless tea-ceremony utensil he received from an imperial prince.

【转合庵】小堀远州为了展示从桂宫智仁亲王处获赐的茶末罐"于大名"而在京都伏见建造的茶室。

只在东博才有的
奢华的赏花体验！

博物馆赏樱
3月12日（星期二）
– 4月7日（星期日）

今年也将举办这一春季惯例企划！主馆将展示以樱花为题材的各类日本美术名品。庭园内染井吉野、江户彼岸樱等十余种樱花接连盛开，您可尽享春光烂漫中的庭园散步。特别版的参观导览、幻灯片讲解等各种活动也将同时登场。

Enjoy Cherry Blossoms in the Museum Garden

Cherry-blossom viewing from March 12 to April 7

Enjoy a springtime stroll through the garden, where about ten types of cherry trees bloom. At this time, the Japanese Gallery will exhibit artworks featuring cherry-blossom motifs, while guided tours, presentations, and other special events will also be offered.

Long-Sleeved Kimono (*Furisode*) with Weeping Cherry Trees, Chrysanthemums, and Paper Strips

Edo period, 18th century; on display from March 12 to April 21 in Room 10 of the Japanese Gallery

Artisans used an elaborate dyeing technique called *yūzen* to create images of weeping cherry trees on this kimono for a young woman. Reflecting a fashion trend of the time, different designs adorn the top and bottom, divided by a border of stylized waves.

振袖 染分绉绸地枝垂樱菊花诗笺图案

江户时代 18世纪　展期：3月12日（星期二）– 4月21日（星期日）/ 主馆10展室

此振袖以友禅染技法将垂枝樱花的图案表现在了肩部，这种上下采用不同设计的和服样式流行于江户时代中期至后期。

The Okyokan teahouse was originally the study of Myōgen'in Temple in Nagoya. The celebrated artist Maruyama Ōkyo (1733–1795) decorated the walls of the Okyokan with magnificent mural paintings while staying at the temple to receive medical treatment for his eyes.

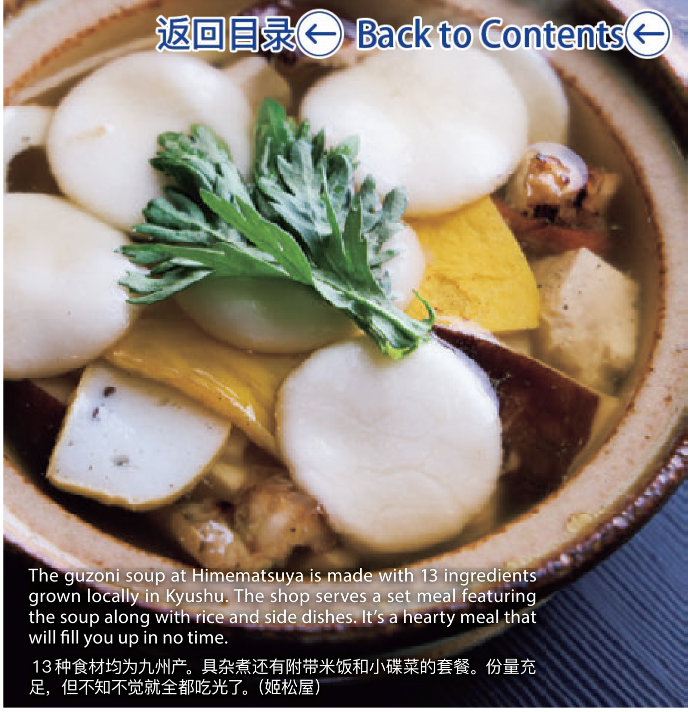
【应举馆】原是明眼院（名古屋市郊外）的书院。圆山应举因眼疾而逗留该寺时所绘的障壁画极为精彩。

The Rokusoan is a rustic teahouse with a thatched hip-and-gable roof. It was originally located at Kōfukuji Temple in Nara, and was known as one of the three greatest teahouses in this historic region.

【六窗庵】原建于奈良兴福寺的慈眼院内，被称为"大和三茶室"之一。入母屋式屋顶，葺茅草。

At Ginsui, every rice flour dumpling is rolled by hand, and they're served floating in a bowl of syrupy sauce. The shop also offers product sets for sale as souvenirs.

米粉丸子均为手工搓制而成，只有“银水”的丸子是浮在糖水上的。还有礼品用的套装可买回家。（银水）

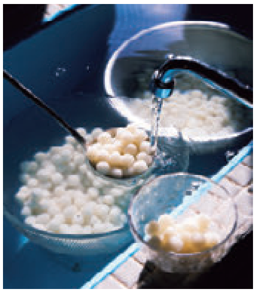


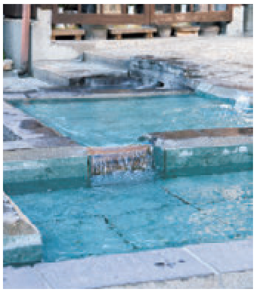
The guzoni soup at Himematsuya is made with 13 ingredients grown locally in Kyushu. The shop serves a set meal featuring the soup along with rice and side dishes. It's a hearty meal that will fill you up in no time.

13 种食材均为九州产。具杂煮还有附带米饭和小碟菜的套餐。份量充足，但不知不觉就全都吃光了。（姬松屋）

in a list of top 100 local foods made in agricultural, mountain and fishing villages by Japan's Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries. Guzoni is said to have originated during a rebellion against the Tokugawa shogunate in Shimabara between 1637 and 1638, when local people collected and boiled ingredients from the mountains and sea and added preserved rice cakes. Today around 10 restaurants in the area offer this dish, including Himematsuya, a very old business established in 1813. It serves a hearty version of guzoni made with 13 ingredients in a mild bonito-based broth.

Each region of Nagasaki has distinct characteristics, and the entire prefecture is like a glittering mosaic. My experience there has me wondering where I should travel next, to find more legendary giants and monsters.





Ginsui was built next to a spring called Hamanokawa Yusui. The shop is able to make delicious kanzarashi because the spring water temperature remains consistent regardless of the season. The spring water is also piped into the shop. The building is registered as a Tangible Cultural Property by the Agency for Cultural Affairs.

银水矗立在“滨之川涌水”旁。无论季节变换，泉水始终恒温，因而适合制作美味的“kanzarashi”。甚至店内也有泉水涌出。该建筑是文化厅的登录有形文化财产。

岛原半岛的山和水滋养了
令人眼花缭乱的当地美食世界

气候温暖、拥有清澈泉水的岛原半岛，曾经拥有“南蛮贸易”的历史，是日本著名的手拉素面生产地之一。这里有数百家制面工厂，面向全国提供面条，但能吃到素面的专卖店独此一家，那就是“面商 须川・面喰”。人气菜单“味噌五郎素面”采用当地的白味噌和红味噌调和成滋味浓郁的面汤，与筋道的手拉素面相得益彰。

此外还有一家 2016 年新开张的素面名店“南岛原食堂”。一次可享用 16 种素面的“欢迎回家素面套餐”场面壮观。这家店利用充满怀旧气息的废弃学校建筑，由同村人共同经营和打理。盖浇面、油渣面、汤汁浇面、甚至还有卡普雷塞，各种口味一口口排列在面前，一眨眼就吃完了！您能从中一窥素面的巨大潜力。

在米粉丸子上淋上蜜汁的甜点名叫“Kanzarashi”，是山水资源丰富的岛原所特有的甜点，最早起源于人们把珍贵的米粉丸子保存在泉水中。“银水”是由入江银创建于 1915（大正 4）年的元祖“Kanzarashi”店。在商店旁边的泉水池，您可以看到当地居民在日常生活中使用泉水洗菜等。

“具杂煮”也是一道实力派的当地菜，它被农林水产省评选为“农山渔村的乡土料理百选”之一。据说起源于岛原之乱时期，人们采集山海食材经过炖煮后，将其加入年糕作为长期保存的食物。有 10 来家饭店可以吃到这道菜，其中“姬松屋”是创业于1813年的老字号。鲣鱼汤底口味醇正，13种配料让人百吃不厌。

长崎是一个各地区特色鲜明、犹如马赛克拼图似的县。接下来我会邂逅什么样的妖怪呢?

Places to walk among Japanese spirits

Unzen Jigoku at Unzen Onsen: Obamacho Unzen, Unzen, Nagasaki
Mensho Sukawa Menkui: 93-1 Satobo, Nishi-Ariecho, Minami-Shimabara, Nagasaki; TEL: 0957-82-0848
Minami Shimabara Shokudo: 4421 Nagano, Nishi-Ariecho, Minami-Shimabara, Nagasaki　Open on Sundays only. Please see website for reservations.
Ginsui: 2-1093 Shirachi-Momoyama, Shimabara, Nagasaki; TEL: 0957-63-4610
Himematsuya (main branch that originally created guzoni): 1-1208-3 Jonai, Shimabara, Nagasaki; TEL: 0957-63-7272

妖怪散步景点

【云仙温泉的云仙地狱】长崎县云仙市小浜町云仙
【面商 须川・面喰】长崎县南岛原市西有家町里坊 93–1　☎ 0957–82–0848
【南岛原餐厅】长崎县南岛原市西有家町长野 4421
仅周日营业。请从官网预订。
【银水】长崎县岛原市白土桃山 2–1093　☎ 0957–63–4610
【元祖 具杂煮 姬松屋 总店】长崎县岛原市城内 1–1208–3　☎ 0957–63–7272

出典:《岳南风土记》No.14,2（有家史谈会）/《故乡闲话 我们小时候》白石正秀（口之津町文化协会）/《日本之民话 48 长崎的民话》吉松祐一（未来社）/《长崎之昔话》（长崎县小学教育研究会国语部）/ 岛原市官方网站 www.cit y.shimabara.lg.jp / 农林水产省 “岛原素面” www.maf f.go.jp

Misogoro somen will warm you up on a cold day. It has been a popular mainstay dish at Mensho Sukawa Menkui since the restaurant opened in 1989.

招牌菜“味噌五郎素面”是１９８９年创业以来的招牌菜，在寒冷的日子里吃一碗，全身暖呼呼的。（面商　须川 · 面喰）

Rows of small dishes make up the Okaeri Somen Set served at Minami Shimabara Shokudo, offering great ideas for making your own somen at home.

“欢迎回家素面套餐”是把一口大小的面碗排在面前。这也为人们自己制作素面料理提供创意。（南岛原食堂）

The mountains and water of Shimabara Peninsula are the source of incredible local cuisine

Known for its warm, clear water, the Shimabara Peninsula is one of Japan's leading producers of hand-pulled somen noodles, with a history dating back to Nanban trade period, when the country began trading with Europe between 1543 and 1614 . Hundreds of noodle producers ship their products across the country, but only Mensho Sukawa Menkui has a restaurant specializing in somen noodles. A popular menu item is the Misogoro Somen. The rich broth uses locally produced white and red miso, perfectly complementing the chewy hand-pulled somen noodles.

Delicious, Chinese-style salted *somen champon* is a typical dish from Nagasaki. A stone monument in front of Mensho Sukawa Menkui commemorates the origins of Shimabara somen.

长崎特色的“素面杂烩面”主打盐味的中华风味。饭店前立有一座纪念碑，记录着岛原素面的起源。（面商　须川 · 面喰）

Opened in 2016, Minami Shimabara Shokudo is another well-known somen noodle eatery run by local residents in the nostalgic setting of a former school building. Visitors can enjoy a wonderful array of 16 types of somen noodle dishes by ordering the Okaeri Somen Set. The small dishes include somen noodles in hot soup topped with fried tempura batter, and a Caprese-style dish topped with flavored gelatin. I ate everything up in no time, and recognized the incredible culinary potential of somen noodles.

Kanzarashi is a lovely dessert made of *shiratama dango* (rice flour dumplings) covered in a sweet, syrupy sauce. It was first created by preserving dumplings made of rice flour, which was considered a valuable food, in spring water. The dish has since become a sweet commonly served in Shimabara, an area blessed with abundant mountain water. The shop that first made kanzarashi is called Ginsui, which was founded in 1915 by Gin Irie. Even today, you can still see local residents using spring water pools next to the shop for daily activities such as washing vegetables.

Another local dish is called *guzoni*, a hearty soup made with many different ingredients. The specialty is included

Minami Shimabara Shokudo staff hum their favorite Japanese oldies while preparing food. The ingredients they use change with the season. Formerly an elementary school, the eatery uses school desks and chairs as customer dining spaces.

成员们都喜欢经典流行歌曲，一边哼着歌一边盛饭盛菜。食材因季节而变化。客人使用小学以前的旧桌椅来用餐。（南岛原食堂）

Sources: Volumes 2 and 14 of an ancient report on the province of Gakunan, published by Arie Shidankai; a book about rural gossip by Masahide Shiroishi, published by a historical society specializing in the former town of Kuchinotsucho; a book about Nagasaki folktales, which is part of a series of 48 books on Japanese folktales by Yuichi Yoshimatsu, published by Miraisha Inc.; a book about old stories from Nagasaki, published by the Japanese language department of Nagasaki Prefecture's elementary school education and research organization; the city of Shimabara's official website (www.cit y.shimabara.lg.jp); and information about Shimabara somen featured on the website of the Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries. (www.maff.go.jp)

那座山、这个湾
全都是味噌五郎走过的路

味噌五郎的身形大得离谱。之前我曾经介绍过身高超过 2 千米的长野县妖怪“大太法师”。称其为日本最大，如今看来我不得不收回这句话了。根据传说，味噌五郎“坐在云仙岳上，在有明海洗脸”，如此算来，其身高应该有 3900 米，比富士山还要高。还有一种说法认为，这是最大型的巨人传说，日本特效拍摄的巨人英雄影视作品或许正是起源于此。

这个传说广泛流传在以岛原半岛云仙为中心的周边地区。味噌五郎是一位心地善良却又力大无比的巨人男子，山地与海湾都是其随意走动留下的痕迹。他喜欢眺望美丽的风景，常常抓住狂风暴雨中漂走的船只，并将其系在岸边，为了得到最爱吃的味噌，他高高兴兴地帮别人做体力活。还有几种比较可信的说法是他名字里的“味噌”，是来自于“无双”“未曾有”的谐音，而“五郎”则是来自于“御灵”的谐音。据说最早出现在 733 年《备前风土记》的记载中，后来作为民间故事逐步得到了沉淀。

当听说味噌五郎的“味噌五郎节”时隔 4 年将举办第 39 届活动时，我飞去了南岛原市。这是一个充满手工制作温馨氛围的活动，旨在振兴本市的产业繁荣。味噌五郎的花车向人们派发年糕和糖果时，活动达到高潮。到处都有味噌五郎的雕像，我自己也制作了一个正在救助船只的味噌五郎并带到了会场。

由于妖怪的名字和传说都与味噌有关，所以我想当然地以为味噌是当地特产（当地确实有一种味噌叫岛原味噌），却没想到岛原最著名的特产是素面。

You can feel the earth’s power as steam rises up from the sulfuric hot spring pools of Unzen Jigoku, a volcanic area of Unzen Onsen on Mt. Unzen, which is regarded as Misogoro’s birthplace.

在味噌五郎的故乡——云仙岳云仙温泉的云仙地狱，硫磺温泉的蒸汽奔腾升起，让人感受到大地的强劲力量。

(Above) A festival float portraying Misogoro moves through the Nishi-Ariecho-Sugawa shopping district during the Misogoro festival, which was held November 4–5, 2023. The float is regularly on display at the nearby city hall, and its original model was designed by a city hall employee.
(Below) A port near the Shimabara lighthouse.

上）味噌五郎节于 2023 年11月4日至 5 日举办。味噌五郎的花车穿过西有家町须川商业街，平时可在附近的市政厅看到。其原型是由市政厅工作人员设计的。
下）岛原灯塔附近的停船处。

Exploring 47 Japanese Folk Monsters
日本47妖怪散步

Interviews, content and sculpture by **Yuka Morii**
Photographs by Hidetoshi Hara
Edited by Sakurako Nakano

采访·撰稿·美工 **森井由佳**
撮影 原 Hidetoshi
编辑 中野樱子

17

Misogoro
Nagasaki

On the Shimabara Peninsula in Nagasaki Prefecture, a giant named Misogoro was said to have lived on Mt. Unzen. Powerful yet gentle, the giant was given the massive task of clearing land on the mountain in exchange for large amounts of miso. Nowadays, many people flock to the Misogoro festival held every year in the city of Shimabara's Nishi-Ariecho-Sugawa shopping district.

Bringing prosperity to local businesses

味噌五郎 长崎

居住在岛原半岛云仙岳的大块头男子。心地善良、臂力超人。为了换取满满的味噌，他帮助人们从事山林开荒等重任。西有家町须川商业街每年都会举办" 味噌五郎节",人头攒动,十分热闹。

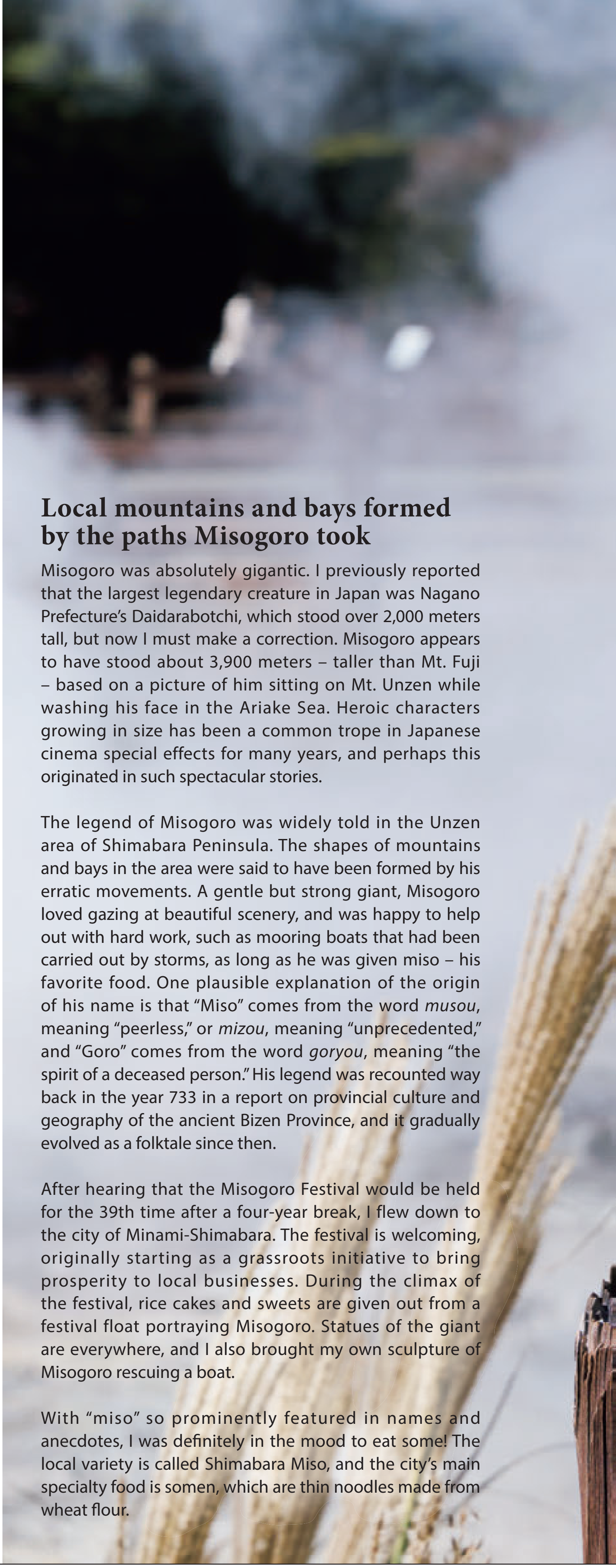
生意兴隆

From the thousands of yokai (folk monsters) believed to inhabit every corner of Japan, Yuka Morii selected one for each prefecture, which she then sculpted based on a unique interpretation of the folklore. Welcome to the Night Parade of One Hundred Flying Demons, where ghosts lure you into your journey.

相传日本全国各地共有数千只妖怪，
从各都道府县分别选出一只妖怪，
经过独到的诠释制作成实物。
欢迎您接受妖怪的邀请，
踏上飞天百鬼夜行之旅。

Yuka Morii is a sculptor, character designer, and author of numerous publications. Among her many projects, she has illustrated Pokémon trading cards and designed popular children's toys.

森井由佳：立体美术家 / 角色设计师　曾担任宝可梦卡片游戏的绘画、面粉粘土全套 "Nen Do ! " 的监制等。著有多本书籍。



Local mountains and bays formed by the paths Misogoro took

Misogoro was absolutely gigantic. I previously reported that the largest legendary creature in Japan was Nagano Prefecture's Daidarabotchi, which stood over 2,000 meters tall, but now I must make a correction. Misogoro appears to have stood about 3,900 meters – taller than Mt. Fuji – based on a picture of him sitting on Mt. Unzen while washing his face in the Ariake Sea. Heroic characters growing in size has been a common trope in Japanese cinema special effects for many years, and perhaps this originated in such spectacular stories.

The legend of Misogoro was widely told in the Unzen area of Shimabara Peninsula. The shapes of mountains and bays in the area were said to have been formed by his erratic movements. A gentle but strong giant, Misogoro loved gazing at beautiful scenery, and was happy to help out with hard work, such as mooring boats that had been carried out by storms, as long as he was given miso – his favorite food. One plausible explanation of the origin of his name is that "Miso" comes from the word *musou*, meaning "peerless," or *mizou*, meaning "unprecedented," and "Goro" comes from the word *goryou*, meaning "the spirit of a deceased person." His legend was recounted way back in the year 733 in a report on provincial culture and geography of the ancient Bizen Province, and it gradually evolved as a folktale since then.

After hearing that the Misogoro Festival would be held for the 39th time after a four-year break, I flew down to the city of Minami-Shimabara. The festival is welcoming, originally starting as a grassroots initiative to bring prosperity to local businesses. During the climax of the festival, rice cakes and sweets are given out from a festival float portraying Misogoro. Statues of the giant are everywhere, and I also brought my own sculpture of Misogoro rescuing a boat.

With "miso" so prominently featured in names and anecdotes, I was definitely in the mood to eat some! The local variety is called Shimabara Miso, and the city's main specialty food is somen, which are thin noodles made from wheat flour.

Amazing "Local Premium" finds by ANA employees! vol.17
员工的发现！各地精品推介

Encounter adorable dwarf statues while strolling around town
街头漫步邂逅可爱的小矮人

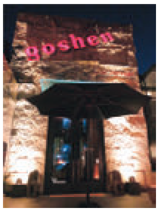
Wrocław, Poland
波兰 弗罗茨瓦夫

Poland's fourth largest city, Wrocław, is a historical place full of nature in the western part of the country. There are about 300 statues of mythical dwarves scattered throughout the city. You might come across these statues on your stroll. Some of them depict dwarves dozing off, holding a smartphone, or traveling on a journey. Many of the statues are really unique, and it's fun to search for popular ones while strolling through this beautiful city.

弗罗茨瓦夫是波兰西部第四大城市，是一座让人感受到美好的自然风光和悠久历史的城市。这里还有随处可见的传说中小矮人的雕像，共有300多座之多。当您漫步街头，会邂逅各种各样的小矮人，有的正在打盹，有的手持智能手机，还有的正在旅途中……可谓是千姿百态、各有妙趣。不妨在美丽的弗罗茨瓦夫市漫步，同时寻觅自己最喜欢的小矮人吧。

Jun Yajima／Born in Hokkaido, Jun previously handled dock and line maintenance duties at a maintenance center. Now he is in charge of creating aircraft maintenance-related procedural documents.

矢岛 淳／在维修中心从事停机坪维修和航线维修工作后，目前负责制作与飞机维修相关的程序手册。出生于北海道。



Anna Adachi／Anna works as an attendant at the ANA Lounge and ANA Suite Lounge in Haneda Airport Terminal 3. She enjoys traveling and visiting local cafés during her trips.

安达 杏奈／在羽田机场第3航站楼的ANA LOUNGE/SUITE LOUNGE担任休息室服务员。爱好在旅行目的地寻访具备当地特色的咖啡馆。

An ambient cafe serving kinako ice cream with mochi
在气氛浪漫的店内大啖年糕黄豆粉冰淇淋

Seoul, South Korea
韩国 首尔

Coffee is big in South Korea, and many cafes serve it until late in the evening. Among them, Goshen is my personal favorite. It's open in the day, but I recommend going at night when the dimmed lights create an enchanting atmosphere. I love having coffee together with kinako (roasted soybean powder) ice cream filled with mochi (glutinous rice cakes). You might feel a little hesitant in the extravagant entry for the first time, but once you step inside, you will be greeted by friendly staff serving delicious food and drinks in a gorgeous space.

韩国是一个热爱咖啡的国家，有很多店家营业到深夜，其中我最喜欢的咖啡馆是"goshen"。虽然白天也营业，不过我更推荐在夜晚光临，灯光幽暗、气氛十足，我最爱吃与咖啡也很搭的年糕黄豆冰淇淋。咖啡店入口装修豪华，第一次来访时可能会有点望而却步，但一走进去，就会看到美味的食物和友善热情的店员迎上前来，眼前豁然展现一个浪漫美妙的空间。

Enjoy an exciting trip to a town listed as a World Heritage Site
在世界遗产之城感受触动五感的旅程

Hallstatt, Austria
奥地利 哈尔施塔特

Surrounded by the Alps, Hallstatt is a town known for having one of the world's most beautiful lakeshores, and is registered as a UNESCO World Heritage Site. It is also famous as the setting for the film *The Sound of Music* and is full of historical attractions, including salt mines dating back to ancient Roman times. With its romantic history, spectacular lakeside scenery and pleasant mountain breeze, Hallstatt is a sensational travel destination. From Vienna International Airport or Munich International Airport, Hallstatt is about 2.5 hours by train. From the nearest train station, you can reach the town by taking a ferry across the lake, which costs around seven euro and takes about 10 minutes.

从维也纳国际机场或慕尼黑国际机场乘坐火车约2个半小时即达。阿尔卑斯山环绕的哈尔施塔特被誉为"全球最美丽的湖畔"，是世界遗产之城。从最近的车站搭乘渡轮，花费7欧元约10分钟便可到达，这里还因为曾经是电影《音乐之声》的外景地而闻名。此外，城市还充满了历史魅力，比如有可以追溯到古罗马时代的岩盐坑等。邀您踏上一趟触动五感的旅程，来此感受历史的浪漫、壮丽的湖景、宜人的山风吧。

Toru Naito／Toru is a systems developer for "ANA Travelers Dynamic Package" tours and hotels. An absolute travel lover, he takes trips whenever he can, both domestically and internationally.

内藤 彻／从事ANA Dynamic Package Tour和Travelers Hotel的系统开发。对旅行有着无比的热爱，无论是国内还是国外，一有时间就会出门去旅行。

Editor: Miki Kojima／编辑／小岛 美树

A STAR ABOVE THE REST

Welcome to the all-new Star Alliance lounge in Paris Charles de Gaulle Airport, where modern luxury meets timeless French charm. Savour a stellar ensemble of world-class spaces and services, all meticulously crafted to transcend every expectation, and deliver an unforgettable all-star experience.

Charles de Gaulle Airport Terminal 1, Paris
Open daily from 06:00 to 22:30
staralliance.com

STAR ALLIANCE
TOGETHER. BETTER. CONNECTED.

Amazing “Local Premium” finds by ANA employees!

vol.17

员工的发现！各地精品推介

Everything from exquisite food to outstanding restaurants, secret scenic views and traditional delicacies – ANA Group employees from within Japan and around the world share their special local reviews.

从佳肴到顶级餐厅，从秘境到传统美食。
来自全球的全日空航空公司集团员工，带来最真实的各地精品推介。

Shimonoseki, Yamaguchi
山口县下关

An oceanside restaurant’s popular sea urchin rice bowl and sashimi set

两大人气菜单海胆盖饭和刺身套餐

I recommend a restaurant called Shoeiken Toyoura Blue Line in the city of Shimonoseki, Yamaguchi Prefecture. It’s accessible by car on the National Route 191 highway in the city’s Toyoura district. Run by a fishmonger, the restaurant serves meals made from locally caught seafood. The rice bowl topped with sea urchin and sashimi set meal are both very popular and delicious. Thanks to its prime location directly overlooking the sea, the restaurant has attracted many fans across Japan. After a fine meal, spectacular scenery is also available nearby, including the Tsunoshima Bridge, Motonosumi Inari Shrine and Fukutoku Inari Shrine.

推荐位于山口县下关市丰浦町国道191号沿线的“松永轩丰浦Blue Line”餐厅。店家由鱼店经营，最受欢迎的菜单是份量足、味道美的当地产新鲜生鱼片的“刺身套餐”以及“海胆盖饭”。两种均为极品！由于餐厅前方即为大海，地理位置优越，故吸引了县内外众多粉丝，是知名度很高的人气店。用餐后不妨顺道前去角岛大桥、元乃隅神社及福德稻荷神社走一走，也能看到绝无仅有的美景哦。

Momoka Matsunaga／A cabin attendant handling domestic flights, Momoka enjoys discovering tasty food during stopovers and collecting visitor stamps when going to shrines. She loves exploring local spots throughout Yamaguchi Prefecture.

松永 桃花／空乘人员，负责国内航班，喜欢在工作所到之处寻觅美食，以及寻访神社并收集御朱印。热爱自己的家乡山口。

Domestic edition
国内篇

Thick-sliced skipjack tuna and local specialty pot stickers at market food stalls

Kochi, Kochi
高知县高知

厚切鲣鱼和著名的大排档饺子

It's undeniable that *katsuo* (skipjack tuna) from Kochi is simply delicious. The katsuo served at Yairotei, a food stall situated in the corner of the city's Hirome Market, is sure to exceed your expectations. The thick slices taste so good that some diners have been seen doing fist pumps in delight! The market is home to about 70 food stalls and shops, located approx. 20 minutes on foot from Kochi Station. Another food stall in the market, Yasube, is well known for its gyoza (pot stickers), a specialty in Kochi. Be sure to enjoy some with a cold beer!

都说“高知的鲣鱼好吃”，但有一家店我保证您能吃到超出想象的美味，那就是从高知站步行约20分钟的Hirome市场”内，有一家叫“Yairo亭”的餐厅提供的鲣鱼。在Hirome市场约有70家店鳞次栉比，切成厚片的鲣鱼吃一口，好吃到让人忍不住要振臂欢呼。同时也请务必尝尝同一个市场内高知著名的大排档饺子店“安兵卫”的饺子和啤酒。

Yuna Makino／Yuna operates integrated passenger service systems for domestic and international flights at ANA's Contact Center. She enjoys watching professional baseball games and sampling delicious food across Japan.

牧野 裕奈／在联络中心负责以国内线和国际线旅客服务系统的整合为目标的协调工作。热爱观看职业棒球比赛，也喜欢品尝来自全国各地的美味佳肴。

Enjoy apple pie and walk among sakura blossoms at Hirosaki Park

Hirosaki, Aomori
青森县弘前

寻访弘前公园的樱花和苹果派

Hirosaki Park is home to Hirosaki Castle, the only castle in Japan's northern Tohoku region that remains in its original form. The park is also a famous location for viewing sakura, or cherry blossoms. Sakura trees lining paths here form tunnels of gorgeous pink blossoms, which are magnificent during the day and perhaps even more breathtaking when lit up at night. In one hidden but popular spot, the branches of the trees form a heart-shaped pattern. The castle and blossoms are an incredible sight against the backdrop of Mt. Iwaki. After enjoying the scenery, I recommend checking out one of many nearby cafés to taste an apple pie made from Aomori's famous apples.

弘前公园内坐落着东北地区唯一保留着天守的弘前城，是闻名全国的樱花名胜。“樱花隧道”白天当然很壮观，但灯光映照下的夜樱更是美得让人屏息。在尽情浏览了以岩木山为背景的弘前城与樱花，以及隐秘的人气景点“心形樱花”等景色之后，不妨以品尝青森特产——苹果制作的苹果派为目标，去周边多家咖啡馆坐一坐，尝尝各家苹果派的不同口味。

Hitomi Miyaoka／A cabin attendant, Hitomi mainly handles flights to and from Honolulu. She is interested in traveling around Japan to sample cuisine, and is especially fond of sweets.

宫冈 瞳／空乘人员。以火奴鲁鲁为中心担任乘务。喜欢寻访全国各地的美食，尤其是无法抗拒甜点的魅力。

ANA Inspiration of JAPAN
A STAR ALLIANCE MEMBER

WORLD AIRLINE WINNER SKYTRAX AWARDS 2023
World's Best Airport Services
空港サービス全般が世界No.1と評価されました。

WORLD AIRLINE WINNER SKYTRAX AWARDS 2023
World's Cleanest Airline
客室内の清潔さが世界No.1と評価されました。

WORLD AIRLINE WINNER SKYTRAX AWARDS 2023
Best Airline Staff Service in Asia
地上係員や客室乗務員によるサービス品質がアジアでNo.1と評価されました。

呀～在海上远看以为是座鬼岛
来岛上一看才发现八丈岛是一座人情之岛 小么小么

呀～跟我一起去八丈岛玩吧
我不会让狂风吹到你的 小么小么

呀～一头黑油油的及地黑发
那位可爱的姑娘在岛上长大 小么小么

呀～八丈八重根零零散散的松树
谁砍了树啊 树都变少了 小么小么

呀～八丈女孩 五尺长发
想留住你的心 小么小么

呀～我无能为力 交给你决定
将红色搭袢的草履丢过去 小么小么

呀～周围的家长们手下留情吧
今晚来的人是我丈夫 小么小么

呀～我是八丈的姑娘
在海岛的风里长大 小么小么

The lines above are from a traditional song of Hachijojima called "Shome-bushi," which was designated as an intangible cultural asset by the Tokyo Metropolitan Government in 1952.
八丈岛小么节歌词 / 1952年被指定为东京都无形文化财产

Looking out at the open sea, we saw a devil's island
But when we arrived, we saw an island of mercy, Hachijojima

You are welcome to Hachijojima
Even when the wind blows strong

Tall and adorned in jet-black hair
The adorable girls raised on the island

Scattered pine trees with island roots
Grow thinner no matter who cuts them down

An island girl with hair five feet long
Hopes to bind her master's heart

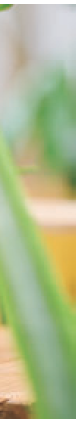
Just leave everything to the lord
And toss your red-strapped sandals

Parents around me, show a tolerant eye
The man visiting tonight is my husband

I am a daughter of Hachijojima
Raised on the island winds

Hachijojima is full of wonder: lush nature, sublime hot springs and ancient stone wall remains dating to the Muromachi era (1333–1573)

自然风光、温泉美景、室町时代保留至今的“六法堆”圆石头围墙……。深入探索分布在岛内各处的珍馐佳肴。



A garden café reflecting the island's long tradition of horticulture

传达岛上园艺文化的花园咖啡馆

Draco, Hachijojima's botanical garden and cafe

八丈岛植物园＆咖啡馆 DRACO

https://www.dracohachijo.com

Hachijojima's largest industry is actually selling decorative plants. In particular, a species of tree fern called *hego* – used at one of Japan's theme parks – is mainly supplied by Hachijojima. Before World War II, horticulturalists on the island had been collecting plants from around the world, creating the basis for Hachijojima's gardening culture today. Draco botanical garden and café captures the spirit of this culture in lush detail.

其实岛上最大的产业是观赏植物。尤其是桫椤，某家著名主题公园所使用的桫椤绝大部分来自于八丈岛。二战前，岛上的园艺家从世界各地采集的植物，造就了现今岛上的园艺文化。此咖啡馆便传承了这种文化。

Lemon brioche is a great souvenir from Hachijojima

柠檬奶油蛋卷是绝佳的八丈岛手信

Pamon patisserie and boulangerie **Pamon 糕点 & 面包店**

https://twitter.com/PamonHachijo

Pamon's most popular item is pizza bread with sea breeze-enriched shiitake mushrooms, but fans of the bakery also love its Hachijo lemon brioche. The bakery is proud of their products, all made with Hachijojima-grown ingredients, that are perfect souvenirs for visitors.

人气最高的是用海风香菇制作的披萨面包，而餐厅最为推荐的是用八丈水果柠檬制作的奶油蛋卷。制作的背景是因为"很多手信都只是在岛外制造的产品上，贴了八丈岛的标签而已。我想培养八丈岛土生土长的手信。"

Get tipsy on the island's shochu and fruit cocktails

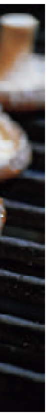
在岛烧酒 & 岛上水果鸡尾酒中醉意醺然

Bar R

http://www.rzp.jp/barR.html

At Bar R, you can enjoy original cocktails featuring locally produced shochu and island-grown fruit. The staff are happy to serve cocktails made with island-grown ingredients, and those made with passion fruits and lemons are especially popular. The smooth local shochu is an excellent cocktail base.

可品尝到用岛烧酒和岛上水果制作的原创鸡尾酒。客人可以直接点"用岛上食材制作的鸡尾酒"。使用百香果、柠檬制作的鸡尾酒都超有人气。据说岛烧酒口味醇和，特别适合调制鸡尾酒。



Kusaya made with pickling liquid from the Meiji era

使用明治时代的腌制液制作的臭鱼干

Locally caught fish and dried seafood served at Aigae Suisan

蓝江水产 当地鱼和鱼干餐厅

http://across.co.jp/aigaesuisan

The kusaya made on Hachijojima is said to have a comparatively mild aroma. This is because the Japanese horse mackerel, the fish used to make kusaya, caught off the coast of Hachijojima seems to have less fat than the same fish caught elsewhere. More fat seeps into the pickling liquid, causing the fish to smell stronger. The pickling liquid affects the taste of kusaya, and this originates in the moisture that seeps out of the fish when it's salt pickled. This accumulation process results in the liquid used today. At Aigae Suisan, the pickling liquid has been continuously replenished since the Meiji era (1868–1912) – when you get close to the tank, you can really smell it!

据说八丈岛的臭鱼干气味相对比较温和。原因是"其他岛屿的鱼有太多脂肪，渗入腌制液中，使臭味更加强烈。"据说八丈周边海域的竹荚鱼脂肪较少。决定臭鱼干风味的腌制液最初是用盐腌制鱼时渗出的体液。日积月累形成了今天的腌制液。此处的腌制液起源于明治时期，不断添加沿袭至今。走到腌制缸附近，会闻到浓重的臭味。

Sweets made with Jersey cow milk and island-grown fruit

泽西牛和水果的岛上甜点

Jersey Cafe **泽西咖啡馆**

https://www.hachijo-milk.co.jp/jerseycafe

Hachijojima was once known as a dairy kingdom. Although the industry since declined, a comeback has started since Yuyu Bokujo began raising Jersey cows in 2012. The farm also operates Jersey Cafe, offering soft serve ice cream made from Hachijo Jersey cow milk and sweets made with ingredients from the island.

八丈岛曾经是一个"乳制品王国"。虽然一度陷入衰退，但自从2012年Yu–yu–牧场开始饲养泽西奶牛以来，乳制品业正在逐步恢复活力。这家咖啡厅由牧场直接经营，生产和销售使用八丈泽西牛奶制成的奶香浓郁的软冰淇淋，以及使用岛上食材制成的甜点等。

Selected cuisine from Hachijojima

八丈岛精选美食！

Hachijojima-style Italian dishes made with island ingredients

使用岛上食材制作的“八丈意大利菜”

Isol 8

https://twitter.com/isol8hachijo

The Italian owner of this café, Umberto, created an original sauce made with ashitaba, island-grown chili peppers, Hachijo lemons and olive oil. "I perfected it after trying many different ingredients from the island," he said. His Italian dishes based on this unique sauce made from Hachijojima products are very popular with visitors.

来自意大利的翁贝托先生尝试了岛上各种食材后调制的原创酱汁，采用明日叶、岛辣椒、八丈水果柠檬和橄榄油制作而成。 使用此酱汁的八丈岛原创意大利菜很受欢迎。

Rich dairy products from naturally pastured cows

自然放牧的牛孕育了浓郁的乳制品

Fureai Bokujo Fureai 牧场

https://www.town.hachijo.tokyo.jp/kakuka/sankan/sankan_fureai.html

This farm is situated on the Mt. Hachijo-Fuji side of Hachijojima, one of the most photogenic spots on the island. A cow that held the world record for milk production volume was once raised here. The yogurt, pudding and milk products shown above were made with milk from Jersey cows at another farm called Yuyu Bokujo.

位于八丈富士半山腰的牧场，也是来到岛上的访客必定要在社交媒体上晒一晒的标志性景点。此地曾饲养过“世界上产奶最多的奶牛”。照片中的乳制品是用Yu–yu–牧场泽西奶牛的奶制作的酸奶、布丁及牛奶。

Curry made with island-grown chili peppers and ashitaba

明日叶咖喱含岛辣椒的香辛料

Ochi Cafe Nana-iro 七色家庭咖啡馆

https://7iro.cafe

This cafe offers dishes made with ingredients from the island, including ashitaba and Hachijo lemons. The spice in this popular ashitaba curry comes from chili peppers grown on the island by local high school students.

此咖啡厅提供使用明日叶和八丈水果柠檬等岛上食材制作的菜单。
人气菜单明日叶咖喱使用的香辛料由岛上的高中生用岛辣椒制成。

Hachijojima's lemon beer and hamburgers topped with original sauces

原创酱汁汉堡包＆八丈岛柠檬啤酒

Sea Side Kitchen Wa SEA SIDE KITCHEN 环

https://8wa.tokyo/kitchen-wa/

This restaurant specializes in hamburgers topped with original Hachijo sauces made with island ingredients, including Hachijo lemon, chili pepper and corn flavors. The burgers go great with Hachijojima Lemon Pale Ale.

八丈酱汁汉堡使用八丈柠檬酱汁、麻婆（岛辣椒）酱汁、
八丈玉米酱汁等岛上食材制作的原创酱料。不妨跟八条柠檬啤酒一起享用吧。

From raising stag beetles to growing shiitake mushrooms

从饲养锹甲发展到种香菇

Umikaze Terrace 海风露台

https://www.dairyu-farm.com

Inspired by the fact that shiitake mushrooms can grow in sawdust used to raise stag beetles, Umikaze Terrace spent about four years exploring ways to grow the mushrooms in the island's environment, known for its sea breezes and high humidity. The grower succeeded in producing thick and juicy shiitake mushrooms with enhanced umami thanks to a high sea salt concentration in the air. Its mushrooms are used by the Ritz Carlton Tokyo and high-end restaurants, including Matsumotoro.

从饲养锹甲的木屑里长出了香菇，这成为香菇栽培的起点，创始人花了大约四年时间寻找一种可以在岛上海风和高湿度环境下生长的菌。最终种出了厚实多汁的香菇，且带有岛上高盐分空气的鲜味，获得了东京丽思卡尔顿酒店、松本楼等一流餐厅的选用。

Fishing for high-grade blacktip grouper on an outrigger

The most common fish found at Hachijojima's fish markets is red snapper, a popular high-grade fish in Japan. Those caught off Hachijojima are known as "island red snappers," and are in high demand, but unavailable in large quantities. Most of the island's fishermen are in pursuit of these fish, because they usually fetch high prices. Hitoyuki Kubota, however, is the only fisherman on the island who targets a type of fish called blacktip grouper. He told us why: "I wanted to continue the tradition passed on to me by my grandfather, who was the first fisherman on the island to use an outrigger boat."

An outrigger is a secondary float attached to the side of a boat to stabilize it. Since outriggers can keep a boat stable in choppy waters, they are especially suited for the rough seas surrounding Hachijojima.

Hitoyuki told us more: "Red snapper swim at a depth of around 800 meters, so fishermen must go quite far out in the open sea to catch them. In contrast, blacktip grouper can be caught in waters not far from port, so a small boat is just fine."

Being close to port also makes it possible to return earlier in the day. "If I catch blacktip grouper first thing in the morning and ship them to Tokyo, the fish can be enjoyed the same day," Hitoyuki said.

Fresh blacktip grouper from the island is highly regarded by food connoisseurs, and can be found at Nangokusyuka, a long-standing Chinese restaurant in Harajuku, Tokyo, as well as other reputable restaurants in Yokohama's Chinatown.

坐上舷外支架船 目标是高级鱼红石斑

在八丈岛的鱼市场最常见的鱼是红鲷鱼。红鲷鱼作为高级鱼而广受欢迎，但在八丈岛周边海域捕获的红鲷鱼被称为"岛金目"，数量不多且人气超高。交易价格往往比较贵，岛上绝大部分渔民都以它为目标。而久保田先生是岛上唯一专门捕捉红石斑鱼的人，其理由是这样的。

"我想继续使用祖父在岛上制作的第一艘舷外支架船，保留其捕鱼传统。"

支架是从船舷伸向外侧以稳定船身的浮体。由于支架即使在汹涌的海浪中也能保持船身的稳定，所以适合八丈岛大风大浪的海面。

"要抓到游动在 800 米左右深度的红鲷鱼，必须行驶到远离海岸的海上。而红石斑鱼则在港口附近的海域即可捕捉到，所以小型渔船比较适合。"在港口附近捕鱼意味着捕鱼结束后，可以早早地回到港口。

"如果用飞机把当天早上抓到的第一批红石斑鱼运往东京，那么人们就能在当天吃到它。"

来自八丈岛的新鲜红石斑鱼深受美食家们的喜爱，在原宿的老字号中华料理店南国酒家以及横滨中华街等著名餐厅均可以品尝到。

Fresh blacktip grouper is served at restaurants on the island. Hitoyuki Kubota also offers a fishing charter service using his outrigger boat, targeting blacktip grouper, of course.

在岛上的餐厅也能品尝到新鲜的红石斑鱼。此外我们还提供支架船的包船服务。目标当然只有一个，那就是红石斑鱼。

Byakuhodo 百宝堂

https://byakuhodo.com

Hitoyuki Kubota fishes for blacktip grouper off the coast

久保田先生在近海钓到的红石斑鱼

A popular restaurant serving Hachijojima shochu and cuisine (reservations are a must!)

At Ryozanpaku, Ikko Yamada's cuisine is prepared almost entirely with ingredients and local specialties from Hachijojima, including chili peppers, ashitaba, blackberry lily tea, shochu, sashimi and a mainstay called *kusaya* – salted, dried and fermented fish made on the Izu Islands. Situated in a remodeled traditional Japanese home, the restaurant looks like it might cater to tourists, but is mostly packed with local residents daily. Without exaggerating, Ikko told us, "We take reservations from the beginning of the month, up to two months in advance, and it's better to reserve as quickly as possible once your itinerary is set." If you reserve seats at the restaurant, you must also make a reservation for the sushi by 3:00 PM on the same day.

荟萃了岛上的食材与烧酒 人气超旺需要预订

提供岛上特色鱼的生鱼片、经典料理臭鱼干、岛辣椒、明日叶、射干茶、岛烧酒等。岛上食材和特产几乎全都能在这里尝到。饭店建筑为八丈岛的传统民宅改建而成，看上去颇有专做游客生意的味道，但里面几乎每天都挤满了当地客人。根据店家的公告，“提前两个月的月初可开始预订。一旦您的行程确定，请及早预订。”——这绝不夸张。即使已经预订座位，要吃岛寿司也必须在当天 15 点之前预订。

"Hachijojima's kusaya has the lightest aroma among all the Izu Islands, so I definitely recommend it for people who are not used to this flavor. We also provide plastic gloves to prevent the smell from getting on your hands, so you don't have to worry when eating it."

“据说八丈岛的臭鱼干在伊豆七岛中是最不臭的，所以推荐初次尝试者试试八丈岛产。为了防止气味沾到手上，我们提供塑料手套，请放心品尝吧。”

Ryozanpaku 梁山泊

www.rzp.jp

Ikko Yamada cooks up an island feast

山田先生的岛上特色佳肴

Distilling shochu by adding potatoes to barley malt

小宫山先生的岛麦麹番薯烧酒

Zennosuke Komiyama makes "island spirits" for the world

Shochu is a Japanese distilled drink commonly made from rice, barley, sweet potatoes or other ingredients. Hachijojima makes a type known as *shima-shochu* (island spirits). They were first produced in 1853 after shochu was introduced to the island by exiles from the ancient province of Satsuma. Among the six shochu distilleries now operating in Hachijojima, Hachijo Kohatsu was founded by the grandfather of its current owner, Yoshihitomo Komiyama. He described his products: "Our shochu is made with completely different ingredients than other types. About 99% of shochu today is produced by adding potatoes to rice malt, but we use barley malt, which is a rare production method. Our products are available at a French restaurant in Ginza called L'Osier, and a sushi restaurant called Higashiazabu Amamoto."

放眼世界 酿制岛烧酒

岛烧酒始于 1853 年。起源于从萨摩漂流到岛上的先人。目前岛上有六家烧酒工厂，这家是小宫山先生的祖父于 1947 年创办的。

“我们的烧酒跟其他烧酒的原料完全不同。全世界 99% 的烧酒都是在米曲上浇番薯，但我们使用的是麦曲。人们对这种酿造工艺啧啧称奇，银座的法式餐厅 L'OSIER 和东麻布的寿司天本等店均采购我们的产品。”

"The soft water on Hachijojima is suited for producing shochu and gives it a mild flavor," Yoshihitomo said. His distillery currently exports products to Taiwan and France, and plans to expand further in efforts to promote shochu culture worldwide.

“八丈岛的水很软，适合制作烧酒，酿出来的酒味道温和醇厚。” 目前已出口到台湾和法国。未来更将把视野放在全球，他说“正在摸索面向世界传播烧酒文化的方法”。

Hachijo Kohatsu 八丈兴发

http://www.hachijo-oni.co.jp

Takayuki Uotani's cheesemaking reflects the island's terroir

Cheese had never been made on Hachijojima until Takayuki Uotani moved to the island. "After finding out that residents were raising Jersey cows in natural pastures, I became interested and moved to the island in 2012," he told us. "Because the wind carries sea salt from the ocean, the Jersey cows graze in mineral-rich pastures, making their milk rich and high in fat." Takayuki makes mozzarella cheese by adding salt with a light sweetness called *hingya* from the island of Aogashima. The exquisite Jersey cow milk is also used by the hotel Aman Tokyo to make tiramisu.

目标是要带有海岛的味道 用牛奶制作奶酪

“当我了解到在岛上，牛群都在天然牧场上自然放牧，并且已开始饲养泽西奶牛时，我产生了兴趣并于 2012 年搬来岛上。”鱼谷先生说，在他来这里之前，岛上并不生产奶酪。“岛上的泽西奶牛吃的牧草，因海风的吹拂而富含矿物质，牛奶脂肪含量高、味道浓郁”。在牛奶中加入青岛村“地热窑（Bin–gya，原意为火边）”熬制的略带甘甜的盐，制作的马苏里拉奶酪堪称极品。它也获得安缦东京酒店采用，制作提拉米苏等甜点。

The cows graze naturally on open pastures year-round thanks to Hachijojima's warm climate, as well as a diet that doesn't include any artificial feed, with a focus on the mineral-rich grass. Using milk from cows raised in such a wonderful environment on the island, Takayuki produces a stretchy mozzarella cheese that has an irresistibly rich, slightly sweet flavor.

奶牛不喂任何人工饲料，仅吃含盐分的牧草，在温暖的气候中，怡然自得地在四季常青的草坪上吃草。鱼谷先生的马苏里拉奶酪便是使用在岛上得天独厚的环境下培育的奶牛产出的奶，特别能拉丝，味道浓郁且略带甘甜，令人上瘾。

Enkel to Hare

https://note.com/enkel_to_hare/

Mozzarella cheese with Jersey cow milk

鱼谷先生制作

岛上奶牛出产的马苏里拉奶酪

Local legend Eikoba's island cuisine

荣子姨的岛屿美食

Hooked on Hachijojima's home-cooked meals

The proprietress of a guesthouse on the island called "Garden So" goes by her nickname, Eikoba. She has been running the establishment for 57 years, cooking in the kitchen every day. She turned 86 this year, and is a celebrity on the island. "I appeared on six television programs last year," she told us. Hooked on her cuisine, customers keep coming back to her guesthouse, and she estimates she's hosted "tens of thousands" of people. Her most popular dishes are red snapper and tuna sushi topped with seaweed. These traditional types of sushi were once favored as bento box meals for special occasions like festivals and athletic meets. Other dishes include a tempura version of *ashitaba* (angelica keiskei), a species of flowering plant in the carrot family native to Japan, as well as chopped raw fish and okra dish, and a soup made with flying fish dumplings. Her home cooked meals made with specialty ingredients from the island are simply irresistible.

岛上美食的味道一定会抓住你的胃

今年 86 岁的荣子姨是岛上的名人，仅去年就出演了 6 档电视节目。作为花园庄的女掌柜，57 年来她每天都站在厨房工作。爱上她的料理而成为回头客的住店客人"可能超过 1 万人"。最受欢迎的是上面铺着红鲷鱼、金枪鱼和岩海苔的特色"岛寿司"。这是当地的传统食品，曾经是节日和运动会等特别日子里的经典盒饭。其他还有岛上特产明日叶制作的天妇罗、秋葵剁鱼、飞鱼丸子汤等。用岛上特产制作的家常菜，有着令人难以抗拒的魅力！

"My guests from the mainland are often quiet, but we need to talk with each other because it's comforting. I'm always here, so people can come talk with me anytime. I'm good at putting people at ease and getting them to open up – I've been doing it for 50 years."

"城里人话题好少哦。他们得多聊聊天。气氛不就温暖了嘛。我一直都在这里，你们随时可以来找我聊天。我的拿手好戏就是让人放松并敞开心扉。对此我已经有50年的职业经验啦。"

Garden So 花园庄

https://gardenso.jp

Located almost 300 kilometers south of Tokyo, Hachijojima is one of the Izu Islands administered by the Tokyo Metropolitan Government. It was formed into a single island by lava that flowed from two volcanos: Mt. Mihara on the eastern side, which erupted about 130,000 years ago, and Mt. Hachijo-Fuji to the west, which erupted about 13,000 years ago. The eastern and western sides of the island have very different geographical characteristics. The Mt. Mihara side, where soil has accumulated over a long time, is blessed with abundant fresh water, lush broadleaf forests and fertile land. Consequently, Hachijojima is the only island among the Izu Islands where rice can be grown. The younger Mt. Hachijo-Fuji side, however, is unsuitable for rice cultivation and farming due to a lack of soil deposits. Nevertheless, it has expansive meadows rich in minerals thanks to salty ocean breezes. Indeed, both sides of the island have distinct characteristics in terms of soil, topography, airborne sea salt concentration and weather conditions like temperature, humidity and precipitation. The islanders have developed many ways to produce food by making the most of the island's climate and natural characteristics – Hachijojima's *terroir*.* The island is also surrounded by rich fishing waters. Thanks to these factors, Hachijojima has a deep-rooted culinary culture and continues to create new local brands. The island is less than an hour by airplane from Haneda Airport in Central Tokyo, and we hope you'll consider a trip here to experience its wonder and try the cuisine rooted in terroir.

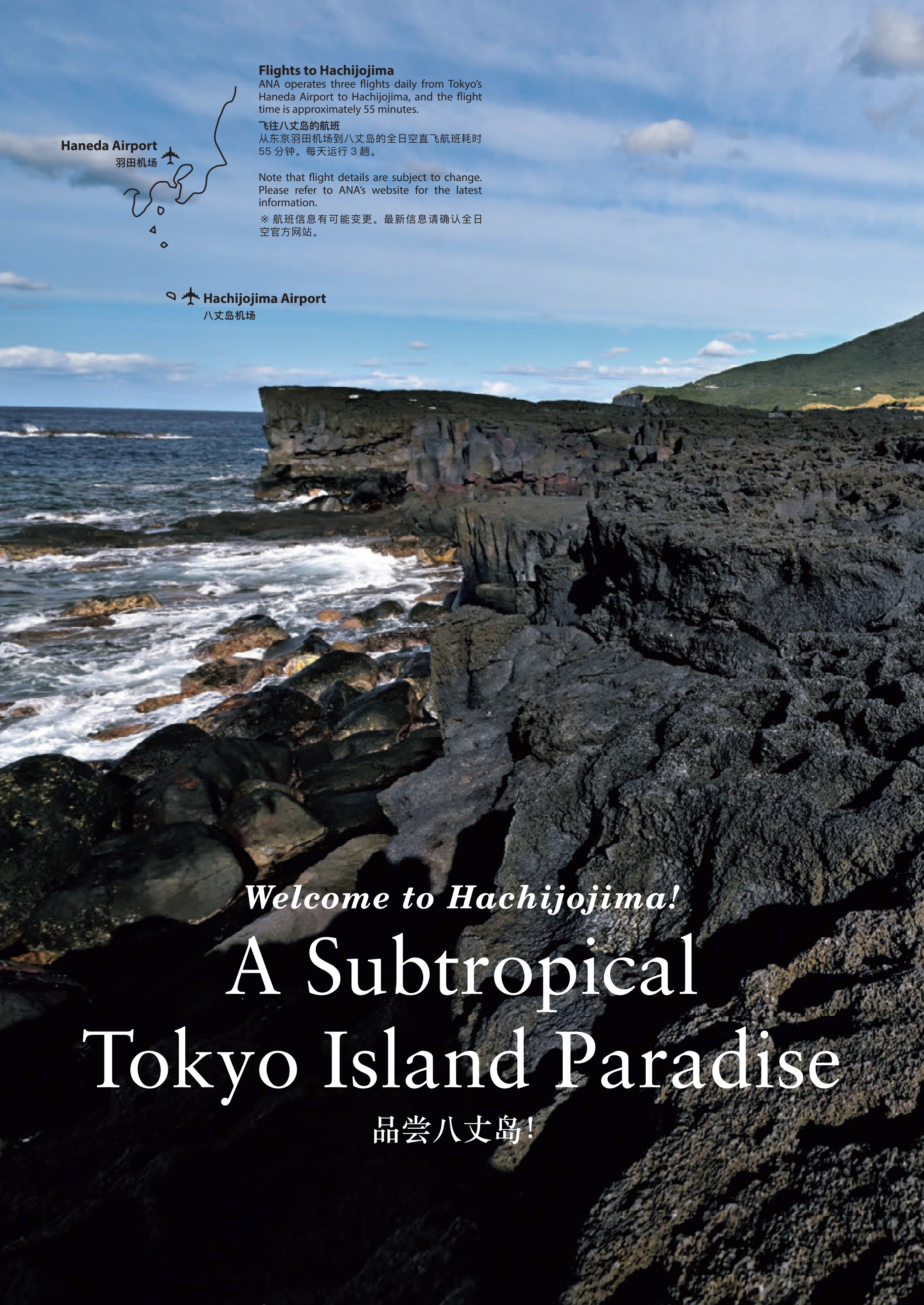
* The French word for "land," terroir refers to geographical, topographical and climatic characteristics of areas that produce grapes for wine or other crops. Terroir is used to explain how the taste and aroma are influenced by a combination of complex factors generated by the natural environment.

三原山（东山）约于 13 万年前喷发，八丈富士（西山）则于约 1 万 3 千年前喷发。两座山流出的熔岩连接到一起形成了东京都八丈岛，呈现出今天的地貌。同一座岛屿的东侧与西侧有着截然不同的特性。三原山一侧历经漫长岁月的土壤堆积，水源充足且土地肥沃，生长着茂密的阔叶树林，是伊豆七岛中唯一可种植水稻的岛屿。而与此形成对比的是较年轻的八丈富士一侧，这里并无适合种植水稻或耕作的土壤堆积。不过海风带来了丰富的矿物质，孕育了大片牧草地。区分了解三原山一侧和八丈富士一侧的土地特征、空气盐度、气温、湿度和降水量等气候条件以及土壤、地形等，充分利用岛上的气候和特点，为开发产品所做的无数努力正可谓是八丈岛风土※ 的精髓。再加上岛屿周边有着丰富的渔场，岛上有着悠久的饮食文化并正在开发新的当地品牌。这是一个充满美味珍馐的岛屿，从东京都中心附近的羽田机场出发，仅需一个小时即可抵达，此次我们将飞到当地好好“品尝”八丈岛。

※ 风土（Terroir）法语中意为“土地”。指葡萄酒等品种在不同产区的地理、地形及气候特征。据说，自然环境创造的复杂元素有机组合，影响着农作物的味道和香气。

Photographs by Junji Takasago; interviews and content by Manu Yamashita; editing by Marie Takada

摄影：高砂淳二　采访 & 撰稿：山下 Manu　编辑：高田真莉绘



Flights to Hachijojima

ANA operates three flights daily from Tokyo's Haneda Airport to Hachijojima, and the flight time is approximately 55 minutes.

飞往八丈岛的航班

从东京羽田机场到八丈岛的全日空直飞航班耗时 55 分钟。每天运行 3 趟。

Note that flight details are subject to change. Please refer to ANA's website for the latest information.

※ 航班信息有可能变更。最新信息请确认全日空官方网站。

Welcome to Hachijojima!

A Subtropical Tokyo Island Paradise

品尝八丈岛!

The rock-breaking sakura tree in Morioka, Iwate Prefecture
岩手县盛冈市的“石割樱”

President & CEO, ANA
全日空航空公司代表取缔役社长
Shinichi Inoue
井上慎一

Greetings from President & CEO, Shinichi Inoue

Beckoning Spring to Come

春天啊，快来吧！

Around this time of year, it seems like everyone is talking about the arrival of spring. In Japan, sakura, or cherry blossoms, are forecast to blossom this year at the usual time, or a little earlier than average.

Ishiwari-zakura is the name of one famous sakura tree in Japan, literally “rock-splitting cherry tree.” Located in Morioka, Iwate Prefecture, it is a double weeping rosebud sakura tree between 350 and 400 years old, and has been designated as a Natural Treasure of Japan. About 4.3 meters (14 feet) in circumference at its base, the tree grows from a crack in a granite boulder, demonstrating its vitality. Beautiful sakura trees blossom every year and are a source of great joy and encouragement in Japan. Sakura trees growing out of split rocks exist in other parts of the country too, but this particular tree has become an important symbol of Tohoku’s recovery following the earthquake and tsunami disaster that struck the region in 2011.

This month marks the thirteenth year since that disaster. For those who lost loved ones or their homes, the grief never ends, no matter how much time passes. Still, I remember the words of a person I met when visiting Tohoku around this time last year: “We must now move past the reconstruction stage and continue forward on our own. We must work together to renew our communities, and the entire Tohoku region.”

I was deeply moved by the strong will of people who, despite immeasurable suffering, continue to move forward one step at a time to realize their dreams and build a brighter future. “Even in deep winter, spring is bound to come.”

On New Year’s Day 2024, a major earthquake struck off the Noto Peninsula in Ishikawa Prefecture, causing extensive damage across the Hokuriku region along the Japan Sea coast. It may take many years for communities to rebuild and fully recover. How can ANA contribute? First, we will help maintain the flow of essential personnel and supplies to and from disaster-stricken areas, which is ANA’s responsibility within the infrastructure of the airline industry. At the same time, we will deploy resources and expertise to continue providing support to the region. We will listen to disaster victims as they strive to overcome their hardship and help them in any way we can. Just like the rock-splitting sakura tree in Tohoku, we want to give hope to the disaster victims by reassuring them that ANA will always be there for them, no matter what the circumstances.

I sincerely hope that the Hokuriku region will rebuild and recover quickly, and the day will come when the people of the region can enjoy the sakura blossoms with peace in their hearts.

今年也到了每天都能感觉春天正在悄悄走近的季节。根据最新的预测结果，今年樱花开放的时间会跟往年相仿或是稍有提前。

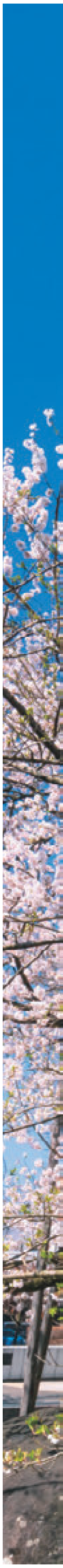
各位可曾听说过“石割樱”？岩手县盛冈市著名的“石割樱”也被指定为国家天然纪念物，其根部周长4.3米，据说树龄已有350～400年。这棵樱花树凭借其顽强的生命力，从巨大的花岗岩中迸出并长大，每年都开出美丽的樱花，给无数人带来了勇气和欢欣。全国各地似乎还有许多其他各种各样的石割樱，在日本的东北地区，它被视作重振灾区的象征而受到珍视。

本月是东日本大地震发生13周年。对于那些失去至亲至爱之人与记忆之地的人而言，无论时间过去多久，心里的伤可能永远无法愈合。然而，当我去年差不多同一季节造访东北地区时，听到有人说了这样一番话；“我们终于度过了重建的阶段，可以按自己的意志向前迈进了。从现在开始，我们将用自己的力量创造一个新的城市、新的东北。”

“雪深之地，亦有春天。”即便是在重重苦难之中，也要朝着前方的希望之光，一步接一步坚定地迈出步伐，努力去创造未来，他们的决心触动了我，让我的内心受到了震撼。

今年元旦起，以能登地区为震源的地震给整个北陆地区造成了大范围的破坏。恢复和重建将需要漫长的岁月。我们能够做些什么?首先，必须履行作为航空基础设施的责任，为运送必要的人员和物资尽到绵薄之力；同时，利用一切知识和资源，为灾区持续提供支持。我们将倾听正在努力克服困难的当地居民的声音，只要是全日空力所能及的事，就要全力以赴去提供帮助，要像石割樱一样，以不变的姿态陪伴他们，成为鼓励大家的存在。

我们衷心希望北陆地区能够尽快重建，大家能早日从心底里怀着平安喜乐的心情，好好赏樱花。



TSUBASA
GLOBAL WINGS

3 2024 March

CONTENTS

Cover Photo: Junji Takasago (Hachijojima)

Welcome Aboard
Greetings from President & CEO
004 游目骋怀　社长致辞

Welcome to Hachijojima!
A Subtropical Tokyo Island Paradise
006 品尝八丈岛!

Amazing "Local Premium" Finds by ANA Employees!
021 员工的发现!各地精品推介

Exploring 47 Japanese Folk Monsters
Giant Misogoro from Nagasaki
024 日本47妖怪散步　长崎:住在云仙岳的巨人

Tokyo National Museum:
Stroll Wonderful Garden Paths and Learn About Japan
028 东京国立博物馆　了解日本的绝佳散步路线

Wings Style:
Deaflympic Gold Medal Aspirations
030 翼之流仪　活跃在"没有声音的世界" 目标是金牌

ANA Group Information
034 全日空　最新消息

Photo: Hidetoshi Hara (Unzen, Nagasaki)

Publisher: All Nippon Airways Co., Ltd. Editorial: Kobunsha Co., Ltd.
Managing editor: Koji Tanabe Editor: Shinji Komatsu,Katsushi Nimura Supervisor: Manoue Yamashita
Editors: Nakano Sakurako, Misaki Yamashita, Takeshi Nakamoto,
Miki Kojima, Hiroko Hattori, Lisa Fujisawa, Marie Takada,Motoko Saito
Designers: Junichiro Matsuzawa, Naomi Ishikawa (Kamegai Design Office),
Shigeru Yamaoka, Masakazu Yamamoto, Jiro Nozaki, Ayahiko Kondo (Studio Give),Keishi Tsukahara (Trimdesign),
Nozomi Yokoyama,Mitsunobu Hosoyamada,Satoshi Senbon(Hosoyamada Design Office)
Editorial assistance: Kenji Kawamoto, Yuko Tokoro (Castnet Co., Ltd.)
Translation: Bravoworks Inc. Modis Design Inc. Printing: Kyodo Printing Marketing Solutions Co., Ltd.
Editorial inquiries:Kobunsha Co., Ltd. / TEL: 03-5395-8150
Advertising inquiries:ANA X Inc., Daily Life Business Department / E-mail: ml_notice_anamedia@ana-x.co.jp

Copyright © All Nippon Airways/Kobunsha 2024
Unauthorized reproduction or reprinting of the photos and articles in publication is prohibited.

All prices that appear in this publication are tax inclusive.

Dear traveller,
Here you are—closer than ever
to a well-deserved escape.

A chance to exhale, to reflect, to celebrate.
A moment to pause and embrace the joys
of the festive season.

As the enablers of seamless journeys
across the world, we're delighted to connect
you to the holiday you've been wishing for.

And wherever you venture this season,
we'll get you there with our network of 26 member
airlines that fly to over 1,200 destinations.

Until then, safe travels
and have a happy holiday.

May your celebrations
shine bright with festivity.

staralliance.com

STAR ALLIANCE
TOGETHER. BETTER. CONNECTED.

AEGEAN · AIR CANADA · AIR CHINA · AIR INDIA · AIR NEW ZEALAND · ANA · ASIANA AIRLINES · Austrian · avianca
brussels airlines · CopaAirlines · CROATIA AIRLINES · EGYPTAIR · Ethiopian · EVA AIR · LOT POLISH AIRLINES · Lufthansa · SAS
Shenzhen Airlines · SINGAPORE AIRLINES · SOUTH AFRICAN AIRWAYS · SWISS · TAP AIR PORTUGAL · THAI · TURKISH AIRLINES · UNITED

TSUBASA
GLOBAL WINGS

ANA Inspiration of JAPAN | A STAR ALLIANCE MEMBER

3
The Inflight Magazine of ANA Group
March 2024
No.657

Wings Style: A New Ambitious Story
Deaflympic Gold Medal Aspirations

Exploring 47 Japanese Folk Monsters
Giant Misogoro from Nagasaki

品尝八丈岛！

翼之流仪
活跃在“没有声音的世界”目标是金牌

日本47妖怪散步
长崎：住在云仙岳的巨人

Welcome to Hachijojima!
A Subtropical Tokyo Island Paradise

翼の王国
日本語版は
こちら

Take me home!